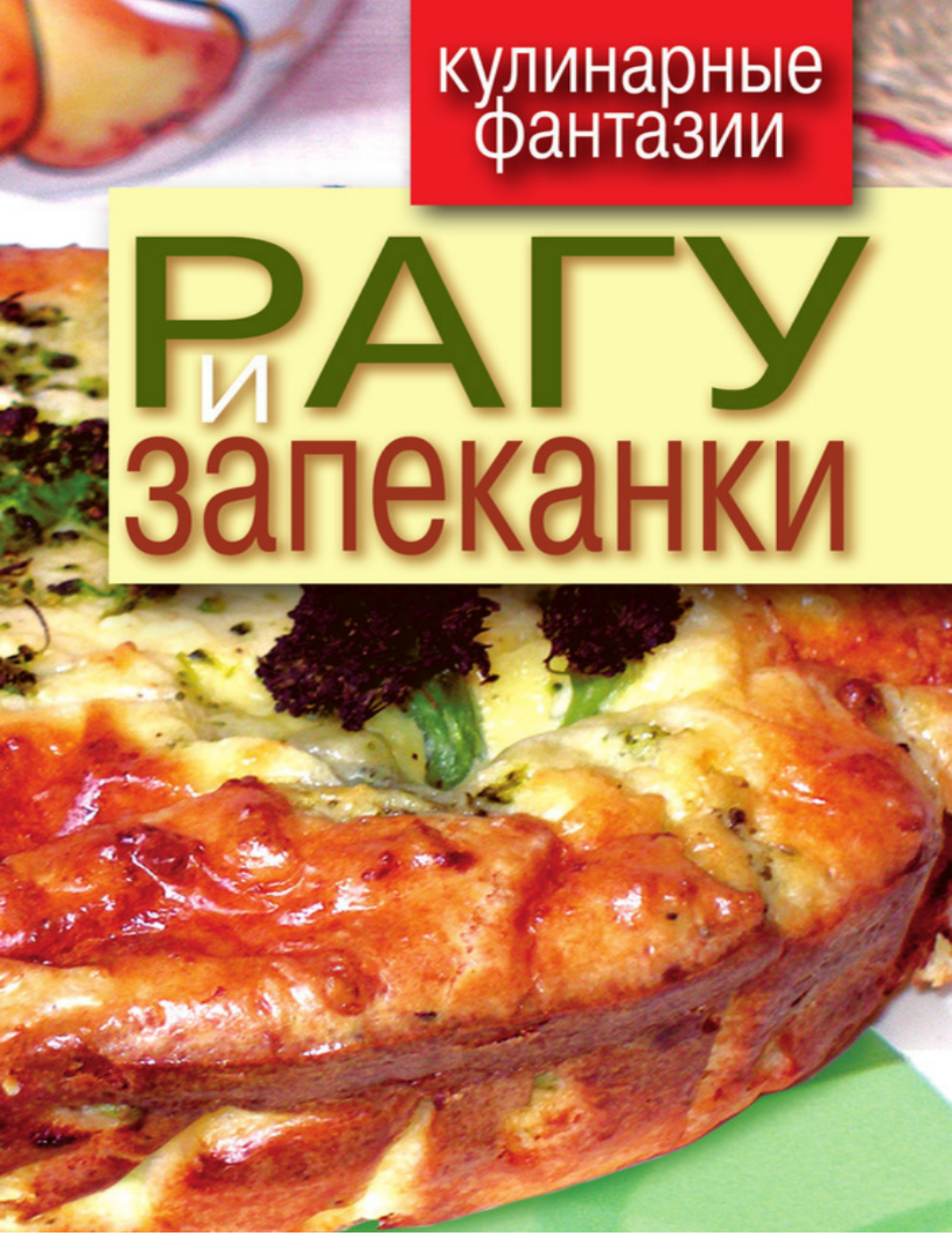
кулинарные фантазии

Рагу и запеканки



SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Даже если вы опытный кулинар, наша книга наверняка будет вам полезна. Возможно, вы и не подозревали, какое великолепие вкуса дает сочетание некоторых продуктов, приготовленных в виде рагу или запеканок. Эти кушанья не только выгодные, поскольку в дело идет каждый кусочек съестного, но и экономные по времени, так как не требуют долгого стояния у плиты. Что, с чем и в какой пропорции смешать, потушить или запечь – подскажет наша книга. Она же разбудит вашу фантазию, и вскоре на семейном столе появится фирменное блюдо, рецепт которого будет храниться как фамильная реликвия.

- Гера Марксовна Треер
  - «…Необычайно свежее и даже пикантное»
  - Мясные блюда
    - С говядиной и телятиной
      - Рагу с говядиной, морковью, стручковой фасолью, картофелем и сухим вином по-болгарски «В здраво тяло – здрав дух»
      - Запеканка с говядиной, яблоками, зеленью и сметаной «Эллада»
      - Рагу с говядиной, копченой корейкой, клецками, картофелем, луком, томатной пастой и сметаной «Арделянское»
      - Рагу с говяжьей вырезкой, айвой, картофелем, помидорами, томатной пастой, луком и зеленью «Хостинское»
      - Запеканка с вареной говядиной, яблоками, морковью, луком, изюмом, кокосом и карри «Мальдивиана»
      - Рагу с говяжьими ребрышками, консервированными помидорами, фасолью, морковью, лимонной цедрой, петрушкой и луком «Тюти-пути»
      - Рагу с говядиной, корейкой, корнем сельдерея, морковью, чесноком, лимонной цедрой и сыром «Сицилийское»
      - Рагу в скороварке с говядиной, картофелем, помидорами, сливами, петрушкой и гвоздикой «Привет ирландцам от французов»
      - Рагу с говядиной, крепким кофе,

черносливом, морковью, луком, сметаной, укропом и петрушкой «Глясе, да и только»
- Запеканка с тушеной говядиной, морковью, сельдереем и луком «Сентиментальная»
- Рагу с говядиной, картофелем, морковью, зеленым горошком, корнем сельдерея, сметаной, томатной пастой и зеленью «Густавское»
- Рагу с говядиной, куриной печенью, фасолью, баклажанами, солеными огурцами, вишней, грецкими орехами, кефиром и кориандром «Королевское по-вестфальски»
- Рагу с говядиной, тыквой, луком, чесноком, корицей и пивом «Хеллоуин»
- Запеченное рагу с говядиной, цветной капустой, сладким перцем, морковью, луком, сыром и зеленью «От шеф-повара Франсуа»
- Запеченное рагу с говяжьей вырезкой, опятами, стручковой фасолью, картофелем, помидорами, соевым соусом и майонезом «Букмекерское»
- Рагу с говядиной, курицей, яблоками, морковью, луком, тимьяном и черносмородиновым джемом «Сказка для взрослых»
- Запеченное рагу с телячьей вырезкой, опятами, картофелем, сметаной, вином, хмели-сунели, базиликом, укропом, куркумой и орегано «Мульти-пульти»
- Рагу с телятиной, ревенем, луком, корицей и мускатным орехом «Бельведерское»

- Со свининой
  - Рагу в горшочке из хлеба со свининой, пивом, коричневым сахаром, яблоками, луком и горчицей «Цель оправдывает средства»
  - Рагу со свиной рулькой, картофелем, грушами, папайей, луком, чесноком, розовым вином и карри «Брахманическое»
  - Рагу с копченой свининой, фасолью, капустой, морковью, луком и зеленью

«Українське»
- Рагу со свиными ребрышками, картофелем, морковью, корнем сельдерея, луком, петрушкой и медом «Сладостное»
- Рагу со свининой, тыквой, зеленым горошком, кукурузой, сладким перцем, помидорами, луком, зеленью и чесноком «Техасское рейнджерское»
- Рагу со свининой, брокколи, зеленой фасолью, имбирем, апельсинной цедрой, вином, соевым соусом и бадьяном «В стиле Чайна-таун»
- Запеканка со свининой, сельдью, сметаной, луком, яйцами и картофелем «По-карело-фински»
- Запеканка со свининой, морковью, картофелем, молоком, зеленым луком, петрушкой и сыром «Роттердамская»
- Запеченное рагу со свининой, черносливом, сладким перцем, помидорами, луком, чесноком, укропом и петрушкой «Варшавское»
- Рагу со свининой, грудинкой, сардельками, белой фасолью, чесноком, морковью, розмарином, тимьяном и мускатным орехом «Кассуле – символ Франции»
- Рагу в горшочках со свининой, сушеными грибами, картофелем, луком, зеленью и хмели-сунели «Зимнее праздничное»
- Запеченное рагу со свининой, овощным ассорти, картофелем, горчицей, медом и базиликом «Лентяйское»
- Рагу в горшочках со свининой, варениками с грибами, сладким перцем и баклажанами «Запорожское осеннее»

- С бараниной
  - Рагу с бараньей грудинкой, луком, черносливом, красным перцем, корицей и шафраном «Алжирское»
  - Запеченное рагу с бараньей лопаткой, корейкой, чесночной колбасой, фасолью, луком, чесноком и пряностями «Вперед, Тулуза!»

- Рагу с бараниной, баклажанами, помидорами, чесноком, белым вином и петрушкой «Гран мерси!»
- Запеканка с бараниной, картофельным пюре, сельдереем, луком, петрушкой и чесноком «Обед пастушка на зеленом лугу»
- Рагу с бараниной, картофелем, красным луком, пивом, петрушкой и чабрецом «Ирландское. Первый вариант»
- Рагу с бараньей лопаткой, репой, морковью, луком-пореем, пивом, тимьяном и петрушкой «Ирландское. Второй вариант»
- Рагу с бараньей грудинкой, шампиньонами, репой, морковью, луком, корнем петрушки и зеленью «Ширли-мырлинское»
- Рагу с бараниной, капустой, картофелем, кабачками, помидорами, чесноком, мятой и орегано «Базельское»

- Блюда с фаршем
  - Мясная запеканка с капустой, рисом, луком, томатным соусом и сметаной «Супер ленивая»
  - Запеченное рагу в тыкве с фаршем, перцем чили, кукурузой, зеленым горошком, чесноком, карри и петрушкой «Мехико»
  - Мясная запеканка с фасолью, кукурузой, чипсами, помидорами, сладким перцем и чесноком по-мексикански «Рецепт дочки Монтесумы»
  - Мясная запеканка с капустой и салом по-французски «Марсельеза»
  - Мясная запеканка с черносливом, сладким вином, медом и корицей «Фестивальная»
  - Рагу с говяжьим фаршем, капустой, картофелем, брюквой, морковью, луком, сельдереем и томатным соусом «Дарственное»
  - Мясная запеканка с капустой, овсяными хлопьями, луком и салом «Завтрак Геркулеса»
  - Запеканка с говяжьим фаршем, сладким

перцем, сыром чеддер, сметаной, петрушкой и тимьяном «Привереда»
- Запеканка со свиным фаршем, луком, изюмом, черносливом и арахисом «Рококо»
- Запеканка с говяжьими котлетками, вином, зеленым горошком, рисом, сыром, творогом, петрушкой и укропом «Кантри»

- С мясом и мясными продуктами
  - Мясное рагу с грибами, картофелем, сладким перцем, помидорами, красным вином, паприкой и зеленью «Жерминаль»
  - Мясное рагу с картофелем, помидорами, морковью, фенхелем, сельдереем, красным вином, тимьяном и кервелем «Прованское»
  - Рагу с говядиной, свининой, бараниной, колбасой, брюквой, луком, брюссельской капустой, картофелем, морковью и сметаной «Бельгийское»
  - Рагу с кроличьими ножками, морковью, сладким перцем, чесноком, лимоном, томатной пастой и петрушкой «Жан-Жаковское»
  - Рагу с олениной, картофелем, репой, свеклой, морковью, сладким перцем, стручковым горошком и чесноком «От барона Мюнхгаузена»
  - Запеканка с колбасками-гриль, сладким перцем, куриным бульоном, луком и рисом «Братья Обжоркины»
  - Запеканка с ветчиной, картофелем, луком-пореем, майонезом и сливками «Сан-ремовская»
  - Запеканка с мозгами, луком, молоком, яйцами и хлебом «Ум – хорошо, а два – лучше»
  - Запеканка с мозгами, рисом и сливками «Умный в гору не пойдет»
  - Рагу с телячьими почками, грибами, морковью, корнем сельдерея, зеленым горошком и красным вином «Венское»
  - Запеканка с копченой колбасой, ветчиной, морковью, луком, рисом и петрушкой «Дюссельдорфская»
  - Запеканка с колбасой, чечевицей,

картофелем, морковью, фенхелем, сыром, сливками и петрушкой «Нью-орлеанская»
- Рагу с купатами, картофелем, помидорами, морковью, луком, чесноком, укропом, петрушкой и итальянскими травами «Бельканто»
- Запеканка с сосисками, сладким перцем, красным луком, яйцами, сыром моцарелла, петрушкой и базиликом «Флорентийская»
- Запеканка с салями, ветчиной, рисом, морковью, луком и петрушкой «Туринская»
- Запеканка под соусом с копченой ветчиной и картофелем «Руссо туристо»
- Запеканка с колбасой, цветной капустой, морковью, яйцами, молоком и кукурузными хлопьями «Американская мечта»
- Рагу с сосисками, беконом, картофелем, бульоном и луком «По-дублински. Любимое блюдо Джонатана Свифта»
- Рагу с венскими сосисками, картофелем, помидорами, сладким перцем, сыром, чесноком и майонезом «Австро-Венгерское»
- Рагу под томатным соусом с охотничьими колбасками, горохом нут, картофелем, луком, чесноком и базиликом «Диковинное»
- Запеченное рагу с баварскими сосисками, кабачками, помидорами, сладким перцем, морковью, зеленью и майонезом «Мюнхенское»
- Рагу с полукопченой колбасой, картофелем, кабачками, помидорами, сладким перцем, морковью, луком и чесноком «По-саксонски»
- Рагу под томатным соусом со свиной рулькой, сарделькими, луком, сладким перцем, оливками, яблоками, зеленым горошком и рисом «Шнеллер-шнеллер»

○ Блюда с птицей
- С курицей
  - Рагу с курицей, острой колбасой, перцем-ассорти, чесноком, луком, рисом и

зеленым луком «Гамбо по-луизиански»
- Запеканка с маринованным куриным филе, картофелем, сладким перцем, сливками и чесноком «С чувством, с толком, с расстановкой»
- Рагу с куриным филе, ветчиной, сладким перцем и луком «Эмбалайя»
- Запеканка с куриным окорочком, кукурузой, картофелем, луком и сыром «По-студенчески»
- Рагу в тыкве с куриным филе, беконом, луком, яблоками, шалфеем и корицей «Британское»
- Запеканка с куриными грудками, красным луком, рисом, яйцами, молоком, сыром и кинзой «Вах!»
- Рагу с куриными грудками, кабачками, картофелем, капустой, сладким перцем, помидорами, чесноком и майонезом «Истоминское»
- Запеканка с куриным филе, яблоками, медом, вином, имбирем и кунжутной нугой «Буржуа»
- Рагу с куриным филе, картофелем, тыквой, зеленым горошком, кукурузой, сладким перцем, петрушкой и прованскими травами «Транснациональное»
- Запеканка с курицей, картофельным пюре, молоком, сладким перцем, луком и чесноком «Генеральская»»
- Запеканка с курицей, грибами, сыром и кабачками под соусом «Аллюр»
- Рагу с куриной голенью, колбасками, свиной грудинкой, картофелем, фасолью, тыквой, зеленым горошком, чесноком и оливками «Обольщающее»
- Запеканка с куриными грудками, лисичками, сметаной и эстрагоном «Министерская»
- Рагу с куриной голенью, фасолью, зеленым горошком, фруктами, перцем чили и вином «По-доминикански»
- Рагу с куриным филе, тыквой, пекинской капустой, луком, сметаной, сливками и

соевым соусом «Китайское нашествие»
- Запеканка с куриными грудками, айвой, луком и майонезом «Каприз красотки»
- Рагу в горшочках с куриными грудками, гречневой кашей, квашеной капустой, овощами-ассорти, сметаной и томатным соусом «Молодецкое»
- Запеканка с куриным филе, соусом чили, рисом, сливками, луком-пореем и ананасами «Пуэрториканка»
- Запеканка с куриными грудками, пекинской капустой, яйцами и сливочным маслом «Завтрак адвоката»
- Запеканка с куриным филе, овощным ассорти, рисом, сыром, сливками, абрикосами, имбирем и карри «Обед прокурора»
- Запеканка с куриными грудками, шампиньонами, мускатным орехом, маслом и молоком «Ужин судьи»
- Запеканка с куриным филе, рисом, сладким перцем, луком, сыром, сливками, ананасами и персиками «Знойная»

- С индейкой, уткой и субпродуктами
  - Рагу с филе индейки, молодым картофелем, цукини, морковью, сладким перцем, томатным соком и приправами «Гваделупское»
  - Запеканка с филе индейки, рисом, сладким перцем, помидорами, луком, сметаной, сыром и майонезом «Госпожа министерша»
  - Запеканка с филе индейки, шампиньонами, картофелем, морковью, луком и сливками «Пенсильванская»
  - Рагу с уткой, картофелем, квашеной капустой, черносливом, курагой, чесноком и зеленым луком «Муромское»
  - Рагу с уткой, картофелем, морковью, луком, томатной пастой, сметаной и петрушкой «Добрынинское»
  - Рагу с филе утки, апельсинами, миндалем, кинзой, зеленым луком и соусом чили «Вальпараисо»

- Рагу с птичьими потрохами, картофелем, морковью, луком, томатной пастой, бульоном и зеленью «Иваньковское»
- Запеканка с куриными потрохами, рисом, луком и салом «Плотная трапеза»
- Рагу с куриными желудками, капустой, морковью, луком, тмином, паприкой и зеленью «Краковское»
- Рагу с куриной печенью, баклажанами, кабачками, помидорами, сладким перцем, чесноком, петрушкой и рисом «Боярское»
- Рагу с куриными сердечками, кабачками, помидорами и луком «Скоморошинское»
- Запеканка с печенью птицы, рисом, луком, сыром и майонезом «С милым рай и в шалаше»
- Запеканка с мясом птицы, сельдью, салом, морковью, луком, корнем петрушки, сыром и гренками под соусом «Все в ажуре»

- Блюда с рыбой и морепродуктами
  - Рыбные блюда
    - Запеканка с рыбой, курицей, креветками, грибами, зеленым горошком и ликером «Шалунья»
    - Рагу с белой рыбой, ананасами, сливками, лимоном и карри «Карибское»
    - Запеканка с тиляпией, ананасами, луком-пореем, сыром и сливками «Мозамбикская»
    - Запеченное рагу с минтаем, рисом, помидорами, морковью, луком, лимоном и петрушкой «Ленивый ужин»
    - Запеканка с рыбным филе, рисом, сметаной, сыром и томатным соусом «Быстрый фокстрот»
    - Запеканка с треской, картофелем, помидорами, луком, чесноком, вином, оливками, маслинами и сыром пармезан «Пятизвездочная»
    - Запеканка с треской, помидорами, морковью, луком, зеленью и сыром по-португальски «Лиссабонская»
    - Запеканка с треской, рисом, яйцами, сливками и сыром «Сельская новь»

- Запеканка с копченой треской, картофелем, луком, шампиньонами, петрушкой, молоком, сыром и яйцами «Мегаполис»
- Запеканка с рыбой, молоком, картофелем, луком, помидорами и сельдереем «Китайская грамота»
- Запеканка с рыбным филе, грибами, сыром и сметаной «Страстное танго»
- Запеканка с рыбой, шпинатом, молоком, рисом, сыром и петрушкой «Гольфстрим»
- Запеканка с красной рыбой, камбалой, шпинатом, сметаной и эстрагоном «Свистать всех наверх!»
- Запеканка с камбалой, каперсами, пряностями и йогуртом по-татарски «Вышли мы все из Казани»
- Запеканка с камбалой, гречневой кашей, сметаной и сыром «Ротшильдовская»
- Запеканка с рыбным филе, картофелем, помидорами, зеленым луком, чесноком, кориандром и сметаной «Рокфеллеровская»
- Запеканка с рыбой, сладким перцем, луком-пореем, яйцами и укропом «Гламурная»
- Запеканка с сельдью, яблоками, хлебом, яйцами, сливочным маслом и луком по-латышски «Рижский форшмак»
- Запеканка с сельдью, картофелем, луком, молоком и яйцами по-фински «Лапландия»
- Запеканка с сельдью, картофелем, морковью, луком, майонезом и сметаной «По гамбургскому счету»
- Запеканка с сельдью, рисом, сливками, мягким сыром и помидорами «Дамская по-амстердамски»
- Запеканка с сельдью, картофелем, яблоками, луком, укропом и сметаной «Поднять паруса!»
- Запеканка с лососем, картофелем, помидорами, чесноком, мускатным орехом, сыром и горчицей «Вернись, я все прощу!»

- сливками, каперсами и вермутом «Аперитив с закуской»
- Запеканка с копченым лососем, креветками, кальмарами, рисом, зеленым луком и кардамоном «Самба»
- Запеканка в горшочках с путассу, яйцами, молоком и укропом «Непростая рыбка»
- Запеканка с рыбой, салатом из морской капусты и сметаной по-дальневосточному «Находка»
- Запеканка под сухарным соусом с рыбой, цветной капустой, зеленым горошком, сметаной и сыром «По-бальзаковски»
- Запеканка с хамсой, картофельным пюре, луком и томатным соусом «Молодежная»
- Запеканка с рыбой, яйцами, сыром, молоком и петрушкой «Прелести среднего возраста»
- Запеканка с судаком, яйцами и молоком «Поперек Питерской»
- Запеканка с сардинами, картофелем, луком, салом и молоком «Корсиканская»
- Запеканка под томатным соусом с сардинами в тесте «Балеарская»
- Запеканка с рыбой, рисом, бульоном и яйцами «Пиратская нежная»
- Запеканка с копченой форелью, салакой, горчицей и сливками «Полундра!»
- Запеканка с копченой рыбой, хлебом, яйцами, луком и молоком «Взять на абордаж!»
- Запеканка с рыбой, гречневой кашей, луком и сыром «Рачительная»
- Запеканка с рыбой, яйцами и молоком по-чешски «Влтавская»
- Запеканка с хеком, картофельным пюре, молоком, яйцами и маслом «По-шкиперски»
- Запеканка со шпротами, шампиньонами, картофелем, помидорами, луком и сметаной «Простодушная»
- Запеканка с консервированным лососем, рисом, яйцами, сыром и сметаной «Норд-норд-вест»

- Запеканка с икрой речной рыбы, хлебом, луком, молоком и зеленью «Незаморская»
- Блюда с морепродуктами
  - Запеканка с рыбой, морскими гребешками, креветками, зеленым луком, сливками, хреном, вином и сыром «Майорка»
  - Рагу с креветками, брокколи, зеленым горошком, миндальной стружкой, сметаной и карри «Индо-европейское»
  - Запеканка с рыбой, креветками, помидорами, сливками, зеленым луком, укропом, сыром и брынзой «Ибица»
  - Рагу с кальмарами, стручковой фасолью, помидорами, сладким перцем, кукурузой, морковью, соевым соусом и чесноком «Тусовочное»
  - Запеканка с креветками, крабовым мясом, зеленым луком, соусом чили и пивом «Дарданеллы»
- Блюда с грибами и овощами
  - Грибные блюда
    - Рагу с грибами, сыром тофу, луком, чесноком, соевым соусом и петрушкой «Харбинское»
    - Запеканка с грибами, картофелем, чесноком, сливками, сыром и сметаной «Джаз-модерн»
    - Рагу с шампиньонами, лисичками, опятами, белым вином, сливками, петрушкой и зеленым луком «Тихая охота»
    - Рагу с грибами, кольраби, белым вином, сливками и кервелем «Романо»
    - Запеканка с грибами, рисом, сладким перцем, кинзой и хмели-сунели «Фастфуд по-грузински»
    - Рагу с вешенками, картофелем, капустой, кабачками, помидорами, сладким перцем и укропом «Станичное»
    - Рагу с лисичками, сладким перцем, помидорами и луком «Брянское»
    - Запеканка с грибами, кабачками, йогуртом, укропом, петрушкой и сыром «Хип-хоп»
    - Рагу с грибами, картофелем, кабачками,

луком, сметаной и укропом «Деревенское осеннее»

- Овощные блюда
  - Рагу под сметанным соусом с картофелем, репой, морковью, цветной капустой, помидорами и зеленым горошком «Климовское»
  - Картофельная запеканка с молоком и сливками «Вальс-бостон»
  - Картофельная запеканка с яблоками, сыром бри, тимьяном и сливками «Болеро»
  - Картофельная запеканка с помидорами, зеленым луком, сыром и брынзой «В ритме диско»
  - Картофельная запеканка с семенами подсолнечника, грибами, морковью, луком-пореем, кабачками и чесноком «Гопак»
  - Рагу с картофелем, сладким перцем, помидорами, кабачками, чесноком, луком и морковью «Тарусское»
  - Картофельная запеканка с луком и салом по-французски «Париж – Киев»
  - Картофельная запеканка с пивом, сметаной, маслом и сыром «Прощай, талия!»
  - Рагу с картофелем, капустой, кабачками, помидорами, морковью, луком, зеленым горошком и укропом «Витебское»
  - Капустная запеканка с брынзой, рисом, яйцами, луком и петрушкой по-болгарски «Варненская»
  - Рагу с капустой, картофелем, зеленым горошком, луком, чесноком, лавровым листом, томатной пастой и кинзой «Отрадное»
  - Капустная запеканка с рисом, яйцами и сметаной «Иокогама»
  - Рагу с капустой, стручковой фасолью, помидорами, чесноком и зеленым луком «Саратовское»
  - Запеканка с цветной капустой, морковью, стручковой фасолью и зеленым горошком «По-адрианочелентановски»

- Рагу с цветной капустой, морковью, сладким перцем и луком-пореем «Бантики кокетки»
- Запеканка с цветной капустой, картофелем, сыром, молоком, чесноком и петрушкой «Фигли-мигли»
- Запеченное рагу с цветной капустой, кабачками, помидорами, картофелем, яблоками, лимоном, сыром и виноградом «Изюминское»
- Запеканка с морковью, зеленым луком, рисом, оливками, чесноком и базиликом «Примавера»
- Морковная запеканка с картофелем, чесноком, укропом и яйцами «Никита»
- Запеченное рагу с баклажанами, помидорами, сладким перцем, морковью, луком и чесноком «Большому куску рот радуется»
- Кабачковая запеканка с ликером, яйцами, йогуртом и миндалем «Шик, блеск, красота!»
- Рагу с кабачками, картофелем, помидорами, баклажанами, морковью, чесноком, укропом и петрушкой «Писательское. По рецепту Татьяны Толстой»
- Кабачковая запеканка с яблоками и яйцами «Легкость бытия»
- Рагу с баклажанами, помидорами, топинамбуром, луком, петрушкой и укропом «Фрязинское»
- Рагу с баклажанами, картофелем, капустой, морковью и луком «Луховицкое»
- Запеченное рагу с баклажанами, сладким перцем, кабачками, помидорами, луком, петрушкой, чесноком и сыром «Тульчинское»
- Рагу с печеными баклажанами, сладким перцем, кабачками, морковью, чесноком, укропом, петрушкой и кинзой «Миниатюра»
- Рагу с баклажанами, кабачками, помидорами, перцем-ассорти, чесноком,

паприкой, кешью, орегано и базиликом «Аджапсандал по-мастерски»
- Запеканка с тыквой, хлебом, молоком, изюмом и курагой «Сказка Шарля Перро»
- Запеканка с тыквой, картофелем, маслом и сыром «Чудеса начинаются!»
- Запеканка с тыквой, морковью, сливками, луком-пореем, зеленью, яйцами, имбирем и сыром «Золушка едет на бал»
- Запеканка с тыквой, миндалем, сыром пармезан, яйцами и корицей «Для влюбленных»
- Рагу с тыквой, баклажанами, помидорами, луком, пряной зеленью и грецкими орехами «Корфу»
- Запеченное рагу с тыквой, сладким перцем, помидорами, чесноком и эстрагоном «Йоркширское»
- Рагу с тыквой, помидорами, морковью, сладким перцем, луком, чесноком, мускатным орехом и корицей «Каротин полезен для здоровья»
- Рагу с репой, картофелем, морковью, луком и молоком «Дедкино»
- Запеченное рагу с овощным ассорти, молоком, зажаркой «Магги», сыром и зеленью «Скоростное»
- Рагу с патиссонами, помидорами, морковью, луком, чесноком и зеленью «Павловское»
- Рагу с каштанами, корнем сельдерея, морковью, грушами, луком и тимьяном «Из меню ресторанчика на Елисейских полях»
- Картофельный суп с консервированным рагу из овощей и сливками «Холостякам везет»

○ Блюда с творогом, сыром, фруктами и ягодами
- Творожные блюда и рагу с сыром
  - Творожная запеканка с помидорами, сметаной, укропом и чесноком «Для красных, белых и зеленых»
  - Творожная запеканка с картофелем, цветной капустой, сыром и сметаной «Бова-королевич»

- Творожная запеканка с картофелем и яйцами «Люли-люли»
- Творожная запеканка с брокколи, сметаной и мускатным орехом под сливочным соусом «Дарлинг»
- Творожная запеканка с цветной капустой, яйцами и сыром «Лямур»
- Творожная запеканка с зеленым луком и яйцами «Тужур»
- Творожная запеканка с морковью, шпинатом, яблоками, инжиром и изюмом «Бонжур»
- Творожная запеканка с фенхелем, яйцами и кориандром «Меломанская»
- Творожник с топленым маслом, ванилином и апельсинной цедрой «Бабушкинский»
- Гречневый крупеник с творогом, сметаной и ванилином «Тряхнем стариной»
- Гречневый крупеник с творогом, лимонной цедрой и корицей «Импровизационный»
- Творожная запеканка с рисом, орехами, лимонной цедрой и красным перцем «Попурри»
- Кукурузный крупеник с творогом, молоком, изюмом, лимонной цедрой и грецкими орехами «Амброзия»
- Пшенный крупеник с творогом, изюмом, яйцами и молоком «Три богатыря»
- Творожная запеканка с яблоками, мандаринами и курагой «Много тройских унций»
- Творожная запеканка с малиной, яйцами и маслом «Миссис Ипи»
- Творожная запеканка с брусникой, сливками, хлебом и корицей «Мисс Ури»
- Медовый творожник «Трефовый король»
- Творожник с хлебом, изюмом и яблоками «Бубновый туз»
- Творожная запеканка с персиками, медом, вином, изюмом, лимоном, сахарной пудрой и миндалем «Козырная»
- Лимонный творожник с цукатами, изюмом и сметанным кремом «Богатенький»

- Творожный каравай «Кого хочешь – выбирай!»
- Рагу с индийским сыром панир, баклажанами, картофелем, кумином, кориандром и куркумой «Астральное»
- Рагу с сыром тофу, брокколи, тыквой, картофелем, кабачками, сладким перцем, чесноком и укропом «Долой авитаминоз!»
- Рагу с брынзой, картофелем, кабачками, морковью, луком, сливками, куркумой и шафраном «Балдежное»
- Рагу с адыгейским сыром, луком, чесноком, яйцами, зеленью и красным перцем «Кояж национальный»

- Фруктово-ягодные запеканки
  - Яблочная запеканка с рисом, яйцами, сахаром и ванилью «К Дню освобождения тибетцев»
  - Яблочная запеканка с рисом, медом, сливочным маслом и корицей «Шанхайская»
  - Яблочная запеканка с овсяными хлопьями, сахаром и корицей «Ливерпульская четверка»
  - Яблочная запеканка с ржаным хлебом и молоком «Русская тройка»
  - Запеканка с консервированными фруктами, молоком, ванильным сахаром и пряниками «Тульская»
  - Вишневая запеканка с белым хлебом, молоком и корицей «Карамболина»
  - Вишневая запеканка с лимонной цедрой, ванильным сахаром и корицей «Карамболетта»
  - Вишневая запеканка со сладкими сухарями «Королева красоты»
  - Вишневая запеканка с рисом, миндалем и сгущенным молоком «Молочные реки, кисельные берега»
  - Яблочно-абрикосовая запеканка со сметаной, сахаром и лимонным соком «В июльский полдень»
  - Абрикосовая запеканка с рисом и мускатным орехом «Абрис»

        - Банановая запеканка с яблоками, орехами, медом и лимоном «Брейк-данс»
        - Крыжовенная запеканка с вином, ванильным сахаром, миндальной стружкой и корицей «Ин вино веритас»
        - Сливовая запеканка с рисом, молоком, лимонной цедрой и ванильным сахаром «Патриархальная»
        - Малиновая запеканка с йогуртом и сметаной «Принцесса цирка»
        - Малиновая запеканка с миндалем, сливками и лимонной цедрой «Чаровница»
        - Чернично-малиновая запеканка с фундуком, сливками, лимонной цедрой и корицей «Сон в летнюю ночь»
        - Черничная запеканка с овсяными хлопьями, лимонным соком и корицей «Сильва»
        - Изюмная запеканка с рисом, мускатным орехом и апельсином «Арома»
        - Ягодная запеканка с творогом, рисом и молоком «Не отдавайте ужин врагу»
        - Запеканка с черносливом, курагой и рисом «Любовный треугольник»
        - Черносливовая запеканка с пшеном, молоком, сахаром и корицей «Неизвестная галактика»
        - Грушевая запеканка с рисом, молоком, сахаром и сметаной «Для вас, гурманы!»
        - Ягодная запеканка с овсяными хлопьями, молоком и вареньем «Созвездие Большой Медведицы»
        - Черешневая запеканка с наливкой, миндалем и лимонной цедрой «Чуть-чуть навеселе»
    - Иллюстрации
- notes
    - 1

Гера Марксовна Треер
Рагу и запеканки

«…Необычайно свежее и даже пикантное»

Осада одного из городов Лангедока, – а времена были суровые, Столетняя война в разгаре, – длилась уже давно. Жители отчаянно боролись с врагом и стойко переносили трудности, но силы, увы, имеют свойство заканчиваться. К тому же стремительно таяли и без того скромные запасы продовольствия.

И вот однажды мужественно державшие оборону горожане собрались на площади, чтобы всем вместе решить, во-первых, как не умереть с голоду и, во-вторых, как переломить ситуацию. Одни предлагали заманить противника в ловушку, уничтожить с помощью военной хитрости и наесться до отвала вражеской едой. Другие настаивали на том, чтобы молодые красавицы проникли во вражеский стан, отвлекли внимание воинов фривольным поведением, напоили их отравленным вином и принесли в город закуску, которая врагу уже не понадобится. Третьи рвали на себе свои последние французские рубахи, хватались за оружие и призывали идти напролом – обед или смерть.

Теперь уже никто не может сказать, в чью голову пришла эта спасительная идея, но дело было так. Прямо на площади, где проходило это, так сказать, общее собрание, жители развели огромный костер, разогрели на нем огромный котел, и каждый положил в него то, что удалось наскрести по сусекам. Горожане постоянно поддерживали огонь, подкладывали в котел куски и кусочки чего бы то ни было и таким образом дружно кормились. Вскоре подошла помощь, осада была снята, и лангедокцы шумно отпраздновали освобождение.

Но что удивительно: на праздничный пир по случаю окончания осады они сообща приготовили не оленину на вертеле, а блюдо в огромном котле из кусков и кусочков того, что принес каждый из них. С тех далеких пор это кушанье – французское рагу кассуле – стало символом сытости и единения.

Нам не надо держать оборону, поэтому у нас есть время приготовить рагу по всем правилам. Два из них касаются овощного блюда. Правило первое: одинаковая нарезка всех овощей хотите кусочками, хотите брусочками, кубиками, соломкой и т. д. – ровно и аккуратно. Правило второе: предварительная обжарка овощей по отдельности.

Третье правило условно назовем правилом соуса. Если вы бережете талию, – забудьте о соусе. Если не бережете или временно (что гуманнее) не бережете, то наслаждайтесь

изысканным вкусом истинного рагу – с соусом – мясного, рыбного, овощного, грибного.

Согласитесь: правил не так много, к тому же они созданы, как известно, для того, чтобы их нарушать. Но сплошное нарушение правил – запеканки. Этим они и замечательны: разнообразие в сочетании продуктов, их весьма приблизительные пропорции, использование до последнего кусочка, нередкая возможность употреблять блюдо как в холодном, так и в горячем виде. Все вместе взятое дает необыкновенный вкус, простоту приготовления, экономию денег, времени и сил. Что, впрочем, роднит запеканки с рагу, о чем свидетельствуют герои книги Джерома К. Джерома «Трое в лодке, не считая собаки».

Как говорится, не пытайтесь повторить, но кое-что взять на вооружение можно…

«Джордж… предложил состряпать из овощей, остатков холодной говядины и всяких завалящих кусочков – баранье рагу по-ирландски.

Мы добавили кочан капусты и фунтов десять гороха. Джордж все это перемешал и сказал, что остается еще пропасть места, и тогда мы обыскали обе корзины и высыпали в рагу все остатки, объедки и огрызки. У нас была еще половина мясного пудинга и кусок бекона; мы сунули их туда же. Потом Джордж нашел полбанки консервированной лососины и также бросил ее в кастрюлю.

Он сказал, что в этом и заключается преимущество ирландского рагу: можно избавиться от целой кучи ненужных вещей. Я выудил из корзины два треснувших яйца, и они тоже пошли в дело. Джордж сказал, что от яиц соус станет еще гуще.

Наше рагу по-ирландски удалось на славу! Никогда в жизни еда не доставляла мне такого наслаждения. В этом рагу было что-то необычайно свежее и даже пикантное. Старые, избитые кушанья всем нам уже приелись, а тут было блюдо с таким букетом и вкусом, каких больше нигде не встретишь!» [1]

С пожеланием свежего и пикантного Гера Треер, автор-составитель

Мясные блюда

С говядиной и телятиной

Рагу с говядиной, морковью, стручковой фасолью, картофелем и сухим вином по-болгарски «В здраво тяло – здрав дух»

✓1 кг говядины
✓250 г стручковой фасоли
✓3–4 картофелины
✓2 шт. моркови
✓ 1/ 2стакана сухого вина
✓1 ст. ложка муки
✓3 ст. ложки растительного масла
✓любая зелень, перец и соль – по вкусу

Лук нарежьте соломкой и обжарьте в 1 ст. ложке растительного масла. Мясо нарежьте кусками величиной со спичечный коробок, посолите, поперчите, положите к луку, добавьте 1 ст. ложку масла и обжарьте на сильном огне. Затем влейте немного воды (бульона), вино, добавьте разведенную водой обжаренную муку и потушите мясо на слабом огне до мягкости.

Сварите в подсоленной воде морковь, стручковую фасоль и нарезанный ломтиками картофель. Готовые овощи откиньте на дуршлаг, заправьте оставшимся маслом, посыпьте рубленой зеленью и смешайте с мясом. Поварите все 10–15 минут на слабом огне. Подавайте, посыпав любой измельченной зеленью.

Запеканка с говядиной, яблоками, зеленью и сметаной «Эллада»

✓1 кг говядины
✓4 яблока
✓ 1/ 2стакана сметаны
✓ 2ст. ложки растительного масла
✓любая зелень, перец и соль – по вкусу

Говядину нарежьте тонкими ломтиками, тщательно отбейте, посолите, поперчите и оставьте на 30 минут. Подготовленные ломтики мяса обжарьте с обеих сторон на растительном масле и уложите в форму.

Яблоки нарежьте тонкими кружками, разложите поверх мяса и залейте все сметаной. Запекайте в духовке 40 минут при средней температуре. Подавайте с хреном, посыпав любой

рубленой зеленью.

Рагу с говядиной, копченой корейкой, клецками, картофелем, луком, томатной пастой и сметаной «Арделянское»

✓750 г говядины
✓250 г копченой корейки
✓10 картофелин
✓ *2*луковицы
✓10 ст. ложек сметаны
✓300 мл мясного бульона
✓2 ст. ложки томатной пасты
✓2 ст. ложки муки
✓100 мл растительного масла
✓черный и красный молотый перец, соль – по вкусу
Для клецек:
✓ $^{3}/_{4}$стакана муки
✓4 яйца
✓200 мл воды
✓50 г сливочного масла
✓зелень петрушки и соль – по вкусу

Мясо отбейте, нарежьте маленькими кубиками, посолите, поперчите и обваляйте в муке. Подготовленное мясо смешайте с мелко нарезанным и обжаренным на растительном масле луком.

Нарезанную маленькими кубиками корейку обжарьте и добавьте к мясу вместе с нарезанным дольками картофелем. Залейте все мясным бульоном, накройте крышкой и потушите на слабом огне до готовности. За 10 минут до готовности добавьте клецки и сметану.

Для клецек вскипятите воду с солью и сливочным маслом. В кипящую воду всыпьте всю муку и поварите, интенсивно размешивая лопаткой, в течение 5 минут. Загустевшую массу немного охладите, добавьте по одному, тщательно размешивая, яйца и мелко нарезанную зелень петрушки.

Из полученного теста сделайте с помощью чайной ложки клецки и опускайте их в кипящую подсоленную воду. Когда клепки всплывут, откиньте их на дуршлаг и промойте холодной водой, чтобы они не слиплись.

Рагу с говяжьей вырезкой, айвой, картофелем, помидорами, томатной пастой, луком и зеленью «Хостинское»

✓500–600 г говяжьей вырезки
✓4 картофелины
✓2 шт. айвы
✓2 помидора
✓1 луковица
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓1 ст. ложка растительного (топленого, сливочного) масла
✓зелень петрушки, кинзы, красный и черный молотый перец, соль – по вкусу

Мясо нарежьте кубиками, положите в глубокую кастрюлю, добавьте масло, 1 ст. ложку воды и поставьте на средний огонь.

Лук нашинкуйте, помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и очень мелко нарежьте или измельчите в блендере. Айву и картофель нарежьте дольками одинакового размера.

Когда мясо начнет поджариваться, в кастрюлю положите лук, немного потушите, затем добавьте помидоры и томатную пасту. Потушите все 5—10 минут, положите картофель, влейте немного воды и поварите до полуготовности картофеля. Посолите, поперчите, добавьте айву и потушите все до готовности. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки и кинзы.

Запеканка с вареной говядиной, яблоками, морковью, луком, изюмом, кокосом и карри «Мальдивиана»

✓600 г нежирной вареной говядины
✓2–3 шт. моркови
✓1 луковица
✓2 сладких яблока
✓1–2 ст. ложки изюма без косточек
✓ *2*ст. ложки кокосовой стружки
✓ *2*ст. ложки карри
✓120–130 мл говяжьего бульона
✓маргарин, перец и соль – по вкусу

Лук мелко нашинкуйте, морковь нарежьте соломкой. Растопите маргарин и слегка обжарьте лук и морковь. Добавьте кокосовую стружку, карри и обжарьте смесь в течение 5 минут, постоянно помешивая.

Мясо нарежьте кубиками, яблоки очистите от кожуры, сердцевины и нарежьте кусочками. Мясо, яблоки, изюм добавьте к луку и моркови, все тщательно перемешайте, влейте бульон, посолите, поперчите и уложите в форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Рагу с говяжьими ребрышками, консервированными помидорами, фасолью, морковью, лимонной цедрой, петрушкой и луком «Тюти-пути»

✓1 кг 800 г говяжьих ребрышек
✓800 г консервированной белой фасоли
✓400 г консервированных помидоров
✓4–5 шт. моркови
✓2 луковицы
✓ *2*ст. ложки муки
✓1 ст. ложка растительного масла
✓зелень петрушки, тертая лимонная цедра и соль – по вкусу

Ребрышки обсушите бумажными полотенцами. Поставьте пятилитровую кастрюлю на средний огонь и нагрейте в ней растительное масло. Положите половину нормы ребрышек и подрумяньте со всех сторон. Обжаренные ребрышки извлеките и обжарьте оставшиеся.

Морковь нарежьте кусочками длиной 3 см, лук крупно нарежьте и обжарьте, изредка помешивая на оставшемся в кастрюле жире. Смешайте муку с 225 мл воды. Все подготовленные ребрышки положите в кастрюлю, добавьте мучную смесь, нарезанные помидоры и соль.

Доведите содержимое до кипения на сильном огне, накройте кастрюлю крышкой и потушите все, изредка помешивая, 2 часа. Спустя это время добавьте фасоль и потушите еще 15 минут. Подавайте с рисом, посыпав рубленой зеленью петрушки и тертой лимонной цедрой.

Рагу с говядиной, корейкой, корнем сельдерея, морковью, чесноком, лимонной цедрой и сыром «Сицилийское»

✓2 кг 500 г мякоти говядины
✓200 г корейки
✓1 стакан тертой моркови
✓1 корень сельдерея
✓1 стакан тертого лука
✓5 зубчиков чеснока
✓4 ст. ложки любого тертого сыра
✓ $^{1}/_{2}$стакана томатной пасты
✓1 ч. ложка острой приправы
✓1 ст. ложка тертой лимонной цедры
✓ *2*ст. ложки растительного масла

✓перец и соль – по вкусу

Корейку нарежьте небольшими кусочками и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Затем положите нарезанную ломтиками говядину и обжарьте ее с обеих сторон. Добавьте лук, измельченный чеснок, мелко нарезанный сельдерей и морковь.

Приправьте томатной пастой, острой приправой, лимонной цедрой, солью, перцем и тщательно перемешайте. Залейте водой так, чтобы она покрыла массу, и поварите все до готовности. Подавайте, посыпав тертым сыром, с ригатони – макаронными изделиями в форме коротких толстых трубочек.

Рагу в скороварке с говядиной, картофелем, помидорами, сливами, петрушкой и гвоздикой «Привет ирландцам от французов»

✓800 г говядины
✓1 кг картофеля
✓800 г помидоров
✓100 г слив
✓1 луковица
✓ *2*зубчика чеснока
✓1 ст. ложка муки
✓50 г сливочного масла
✓лавровый лист, гвоздика, зелень петрушки, перец и соль – по вкусу

Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и каждую разрежьте на 8 частей. Луковицу разрежьте на 4 части, чеснок измельчите. У слив удалите косточки, зелень петрушки нарубите. Каждую очищенную картофелину разрежьте на 4 части.

Мясо нарежьте кусками и обжарьте на сливочном масле. Затем положите лук, посыпьте мукой и перемешайте. Добавьте помидоры, чеснок, зелень петрушки, лавровый лист, гвоздику, сливы, посолите и поперчите. Положите все скороварку и поварите около 20 минут. Спустя это время добавьте картофель и поварите еще 10 минут.

Рагу с говядиной, крепким кофе, черносливом, морковью, луком, сметаной, укропом и петрушкой «Глясе, да и только»

✓500 г мякоти говядины

✓1 стакан крепкого кофе
✓100 г чернослива без косточек
✓3 шт. моркови
✓1 луковица
✓5 ст. ложек сметаны
✓2 ст. ложки сливочного масла
✓зелень петрушки, укропа и соль – по вкусу

Говядину очистите от пленок и нарежьте небольшими кубиками. Кусочки мяса посолите и вместе с нарезанным кольцами луком обжарьте на сливочном масле. Затем добавьте горячий кофе и тушите все 10 минут.

Морковь нарежьте кружками, чернослив разрежьте пополам, добавьте к мясу и потушите все 15 минут. В конце тушения добавьте сметану и доведите до кипения. Подавайте, посыпав рубленой зеленью петрушки и укропа.

Запеканка с тушеной говядиной, морковью, сельдереем и луком «Сентиментальная»

✓600 г тушеной говядины
✓1–2 шт. моркови
✓2 луковицы
✓4 стебля сельдерея
✓2 ст. ложки муки
✓ *2*бульонных кубика
✓ *2*ст. ложки винного уксуса
✓ *2*ст. ложки сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Морковь, лук, сельдерей мелко нарежьте и прогрейте, помешивая, под крышкой в течение 5 минут на максимальном огне. Мясо нарежьте небольшими кусочками, обваляйте в муке, положите к овощам, добавьте масло, растворенные в воде бульонные кубики и уксус. Смесь тщательно перемешайте и накройте крышкой.

Запекайте в духовке 7 минут при максимальной температуре, затем еще 30 минут при средней температуре, перемешав 2–3 раза. Готовую запеканку оставьте на 15 минут при комнатной температуре.

Рагу с говядиной, картофелем, морковью, зеленым горошком, корнем сельдерея, сметаной, томатной пастой и зеленью «Густавское»

✓300 г нежирной говядины

✓400 г картофеля
✓200 г моркови
✓150 г зеленого горошка
✓50 г корня сельдерея
✓50 г сметаны
✓ 1/ 2ст. ложки муки
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓1–2 ч. ложки сливочного масла
✓любая зелень и соль – по вкусу

Мясо сварите до полуготовности и нарежьте небольшими кусочками. Морковь и сельдерей мелко нарежьте, уложите в сотейник, залейте 1 стаканом воды и поварите до полуготовности. Добавьте томатную пасту, мясо, влейте еще полстакана воды и поварите все 30 минут.

Картофель нарежьте кубиками, уложите на противень, слегка посолите и смешайте с третью нормы сметаны. Запекайте в духовке почти до готовности при средней температуре. Запеченный картофель положите к мясу, моркови, сельдерею, заправьте оставшейся сметаной, мукой, сливочным маслом и потушите 10 минут. Спустя это время добавьте зеленый горошек и доведите до кипения. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу с говядиной, куриной печенью, фасолью, баклажанами, солеными огурцами, вишней, грецкими орехами, кефиром и кориандром «Королевское по-вестфальски»

✓500 г говядины
✓200 г куриной печени
✓100 г молодой стручковой фасоли
✓ 2средних по величине баклажана
✓ 2помидора
✓1–2 шт. сладкого перца
✓1–2 луковицы
✓ 2крупных соленых огурца
✓50–70 г вишни без косточек
✓1 горсть очищенных грецких орехов
✓500 мл кефира или ряженки
✓1 ст. ложка сахара
✓растительное масло, зелень петрушки, молотый кориандр, мука, перец и соль – по вкусу

Говядину нарежьте небольшими кусками (как для шашлыка) и потушите 10–15 минут на растительном масле на среднем огне,

добавив соль и перец. Печень сварите до мягкости. Баклажаны нарежьте брусочками, сладкий перец – соломкой, помидоры и лук – кубиками.

Соленые огурцы нарежьте кружками, обваляйте в муке и быстро обжарьте на растительном масле. Затем добавьте подготовленные овощи, фасоль в стручках и потушите все, часто помешивая, до полуготовности.

Влейте кефир (ряженку), добавьте вишню, измельченные грецкие орехи и потушите 7 минут на среднем огне. Затем положите мясо, печень, рубленую зелень петрушки, кориандр и сахар. Все перемешайте, быстро доведите до кипения, снимите с огня и дайте немного настоятся.

Рагу с говядиной, тыквой, луком, чесноком, корицей и пивом «Хеллоуин»

✓500–600 г мякоти говядины
✓мякоть $^{1}/_{2}$средней по величине тыквы
✓2 средние по величине луковицы или 10 см белой части лука-порея
✓1 шт. средней по величине моркови
✓5 зубчиков чеснока
✓500 мл темного пива
✓1 ч. ложка сахара
✓2 лавровых листа
✓1 щепотка корицы
✓30 г сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Мясо очистите от пленок и нарежьте кубиками со стороной 3 см. Посолите, поперчите и обжарьте на сливочном масле в глубоком сотейнике на сильном огне до образования румяной корочки. Лук нарежьте кольцами, добавьте к мясу и обжарьте все еще в течение 5 минут.

Затем положите нарезанный пластинками чеснок, корицу, сахар и лавровый лист. Залейте все пивом и потушите, помешивая, 2 часа под крышкой на слабом огне. Спустя это время добавьте к мясу нарезанную маленькими кубиками морковь и потушите все 20 минут.

Положите нарезанную кубиками со стороной 3 см тыкву и доведите до готовности (около 20 минут). Готовому рагу дайте настояться в течение ночи. Подавайте как самостоятельное блюдо или с рисом, картофельным пюре.

Запеченное рагу с говядиной, цветной капустой,

сладким перцем, морковью, луком, сыром и зеленью «От шеф-повара Франсуа»

✓500 г мякоти говядины
✓500 г цветной капусты (свежей или замороженной)
✓1 шт. сладкого перца
✓1 шт. средней по величине моркови
✓1 крупная луковица
✓200 г твердого сыра
✓2 ст. ложки томатного соуса и/или 2–3 помидора
✓растительное масло, любая свежая или сухая зелень, перец и соль – по вкусу

Мясо нарежьте небольшими кубиками, обжарьте на растительном масле до зарумянивания, поперчите и посолите. Отдельно обжарьте нашинкованный лук с тертой морковью, добавьте к мясу и потушите все до готовности мяса.

Цветную капусту разберите на соцветия, сладкий перец нарежьте соломкой и положите все к мясу. Залейте стаканом воды или бульона, посолите и потушите до тех пор, пока капуста не станет мягкой.

Готовое мясо с овощами уложите в форму, смажьте томатным соусом (разложите нарезанные ломтиками помидоры), посыпьте любой зеленью и тертым сыром. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при температуре 180 °С.

Запеченное рагу с говяжьей вырезкой, опятами, стручковой фасолью, картофелем, помидорами, соевым соусом и майонезом «Букмекерское»

✓400 г говяжьей вырезки
✓200 г замороженных опят
✓500 г картофеля
✓400 г замороженной стручковой фасоли
✓200 г помидоров
✓2 ст. ложки соевого соуса
✓ *2*ст. ложки майонеза
✓ *2*ст. ложки лимонного сока
✓соль – по вкусу

Мясо нарежьте средними по величине кусочками. Смешайте лимонный сок, соевый соус, майонез, добавьте к мясу, все тщательно перемешайте и оставьте на 30 минут. Спустя это время положите к мясу размороженные грибы, стручковую фасоль и нарезанный кубиками картофель.

Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной

водой, очистите от кожицы, нарежьте кусочками и добавьте к мясу с овощами. Все посолите, перемешайте, уложите в рукав для запекания, влейте полстакана воды и закрепите концы рукава. Запекайте в духовке около 1 часа при температуре 230 °С.

Рагу с говядиной, курицей, яблоками, морковью, луком, тимьяном и черносмородиновым джемом «Сказка для взрослых»

✓400 г мякоти говядины
✓300 г куриного филе
✓1 шт. моркови
✓1 крупная луковица
✓3 небольших кисло-сладких яблока
✓2 веточки или 1 ст. ложка сушеного тимьяна
✓1 ст. ложка черносмородинового джема
✓1 ст. ложка бальзамического уксуса
✓1 ст. ложка соевого соуса
✓растительное масло и соль – по вкусу

Говядину нарежьте кусочками, куриное филе – более крупными кусочками и все обжарьте на растительном масле. Образовавшийся сок слейте в сотейник, в котором будет тушиться рагу. В конце обжаривания мяса влейте соевый соус, потушите немного, переложите в сотейник, накройте крышкой и потушите 10 минут на среднем огне.

Морковь нарежьте кружками и обжарьте в течение 2 минут в небольшом количестве растительного масла. Затем добавьте нарезанный крупной соломкой лук и обжарьте еще 2 минуты. Положите нарезанные дольками яблоки, потушите все 3 минуты, добавьте измельченный тимьян, бальзамический уксус и джем. Влейте немного воды и тщательно размешайте, чтобы джем равномерно распределился.

Полученную массу положите в сотейник к мясу, посолите, если нужно, и потушите 5 минут на слабом огне под крышкой. Затем выключите огонь и оставьте еще на 10 минут под крышкой. Подавайте с картофелем, рисом, макаронами, гречневой кашей.

Запеченное рагу с телячьей вырезкой, опятами, картофелем, сметаной, вином, хмели-сунели, базиликом, укропом, куркумой и орегано «Мульти-пульти»

✓1 кг телячьей вырезки

✓400 г опят
✓500 г картофеля
✓4 шт. моркови
✓4 луковицы
✓250 г жирной сметаны
✓100 мл сухого белого вина
✓растительное масло, хмели-сунели, сушеный базилик и укроп, куркума, орегано, перец и соль – по вкусу

Мясо нарежьте кусками весом 200–250 г, посыпьте перцем, залейте вином и оставьте на 1 час. Лук нарежьте кубиками и вместе с грибами обжарьте на растительном масле. Морковь натрите на крупной терке. Смешайте грибы с луком, морковь, добавьте сметану, специи, соль и тщательно перемешайте.

В рукав для запекания уложите немного полученной смеси, поверх нее – подготовленное мясо, затем – оставшуюся смесь и закрепите концы рукава. Запекайте в духовке 1 час – 1 час 30 минут при температуре 180–200 °С.

Рагу с телятиной, ревенем, луком, корицей и мускатным орехом «Бельведерское»

✓750 г телятины
✓500 г очищенного ревеня
✓2 луковицы
✓500 мл бульона
✓2–3 см палочки корицы
✓2 ч. ложки крахмала
✓1 щепотка мускатного ореха
✓1 щепотка сахара
✓3 ст. ложки растительного масла
✓перец и соль – по вкусу

Телятину нарежьте кубиками и обжарьте на сильном огне в растительном масле до образования коричневой корочки. Одну луковицу нарежьте маленькими кубиками, другую – полукольцами и обжарьте вместе с мясом в течение 2–3 минут. Затем влейте горячий бульон, добавьте корицу, мускатный орех, сахар и потушите все 45 минут под крышкой на среднем огне.

Ревень нарежьте кусочками длиной 1–2 см, положите к мясу и потушите все 8 минут. Добавьте разведенный крахмал, по желанию бульон и немного все прогрейте. Подавайте с рисом.

Со свининой

Рагу в горшочке из хлеба со свининой, пивом, коричневым сахаром, яблоками, луком и горчицей «Цель оправдывает средства»

✓350 г свинины
✓1 буханка ржаного хлеба
✓1–2 яблока
✓1 луковица
✓200 мл темного пива
✓200 мл мясного бульона
✓2–3 ст. ложки коричневого сахара
✓1 ст. ложка муки
✓ $^{1}/_{2}$ч. ложки горчицы
✓1 ст. ложка сливочного масла
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

У буханки черного хлеба срежьте верхнюю корку, сохранив ее, и удалите мякиш, оставив около 1 см по краям. Лук нарежьте полукольцами, яблоки – дольками средней толщины. В сотейнике растопите сливочное масло и добавьте муку. Встряхивайте сотейник и периодически помешивайте муку, пока она не приобретет легкий кремовый оттенок. Снимите сотейник с огня и дайте муке немного остыть.

Мясной бульон доведите до кипения и влейте тонкой струйкой, помешивая, в сотейник. Затем влейте пиво, поставьте сотейник на огонь, добавьте горчицу и поварите полученный соус, помешивая, около 5 минут на слабом огне.

Мясо нарежьте тонкими полосками и, постоянно помешивая, быстро обжарьте на растительном масле. Приправьте солью, перцем, частью коричневого сахара, перемешайте и переложите в сотейник с соусом. Все перемешайте и потушите на слабом огне 15–20 минут.

На теплую сковороду положите лук, добавьте растительное масло, немного потушите, влейте 100 мл воды, посолите и потушите около 5 минут на слабом огне. Добавьте яблоки, посыпьте оставшимся коричневым сахаром и потушите все до выпаривания жидкости.

В подготовленную буханку уложите слоями, чередуя, мясо и луково-яблочную смесь. Наполненную буханку накройте срезанной верхней коркой. Запекайте в духовке 10 минут при температуре 170 °С. Подавайте немедленно, разложив мясо с

соусом по тарелкам и нарезав хлеб кусочками.

Рагу со свиной рулькой, картофелем, грушами, папайей, луком, чесноком, розовым вином и карри «Брахманическое»

✓750 г свиной рульки
✓500 г картофеля
✓2 груши
✓1 шт. папайи
✓1 луковица
✓1 зубчик чеснока
✓250 мл сухого розового вина
✓500 мл бульона
✓2 ст. ложки муки
✓ *2*ст. ложки карри
✓3 ст. ложки растительного масла
✓перец и соль – по вкусу

Свиную рульку вымойте, обсушите и нарежьте крупными кубиками. Чеснок нарубите и смешайте с вином и карри. Полученным маринадом залейте мясо на 60 минут, затем маринад слейте, сохранив его.

Мясо обваляйте в муке, обжарьте на растительном масле в течение 10 минут и приправьте карри, перцем и солью. Добавьте нарезанный кубиками лук, бульон, маринад и потушите все около 50 минут.

Картофель нарежьте кубиками, добавьте к мясу и потушите 15 минут. Груши нарежьте дольками, очищенную папайю – кубиками и добавьте все к мясу за 5 минут до готовности.

Рагу с копченой свининой, фасолью, капустой, морковью, луком и зеленью «Українське»

✓1 кг копченой свиной рульки или копченых ребрышек
✓1 стакан фасоли
✓ $^{1}/_{4}$небольшого кочана капусты
✓3–4 картофелины
✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓1 ст. ложка растительного масла
✓любая зелень, перец и соль – по вкусу

Отделите мясо от костей, уложите в кастрюлю с толстым дном, добавьте предварительно замоченную фасоль, влейте немного воды и поварите все под крышкой до готовности фасоли.

Добавьте нашинкованную капусту, спустя несколько минут – нарезанный кубиками картофель, обжаренные на растительном масле нашинкованный лук и натертую на крупной терке морковь. Доведите до готовности под крышкой. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу со свиными ребрышками, картофелем, морковью, корнем сельдерея, луком, петрушкой и медом «Сладостное»

✓1 кг свиных ребрышек
✓500 г картофеля
✓300 г корня сельдерея
✓1 шт. моркови
✓4 луковицы
✓3 ст. ложки меда
✓500 мл мясного бульона
✓1 пучок петрушки
✓ *2*ст. ложки топленого масла
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Ребрышки натрите солью, перцем и обжарьте на растительном масле. Влейте бульон, добавьте мед, посолите, накройте крышкой и поварите 50 минут. Картофель сварите в мундире, очистите и каждую картофелину разрежьте на 4 части.

Морковь нарежьте ломтиками, сельдерей – кусочками, добавьте к ребрышкам и потушите все 10 минут. Затем положите картофель и все слегка прогрейте. Лук нарежьте кольцами и обжарьте на топленом масле до золотистого цвета. Петрушку мелко нарубите и смешайте с луком. Подавайте, посыпав смесью из лука и петрушки.

Рагу со свининой, тыквой, зеленым горошком, кукурузой, сладким перцем, помидорами, луком, зеленью и чесноком «Техасское рейнджерское»

✓1 кг свинины
✓1 кг 500 г тыквы
✓1 банка консервированного зеленого горошка
✓1 банка консервированной кукурузы
✓1 крупный помидор
✓2 шт. сладкого перца
✓1 луковица
✓любая зелень, чеснок, растительное масло, перец и соль –

по вкусу

Тыкву нарежьте кубиками и обжарьте на растительном масле почти до готовности. Мясо нарежьте кусочками и обжарьте на растительном масле в течение 5-10 минут. Затем влейте сок из-под зеленого горошка и кукурузы и потушите 15 минут. Отдельно обжарьте нашинкованный лук.

Смешайте тыкву с мясом, добавьте очищенный от семян и нарезанный полосками сладкий перец, любую рубленую зелень, обжаренный лук. Потушите все еще 15 минут, долив при необходимости воды. Положите тертый помидор, пропущенный через пресс чеснок, зеленый горошек, кукурузу, посолите, поперчите и доведите до готовности.

Рагу со свининой, брокколи, зеленой фасолью, имбирем, апельсинной цедрой, вином, соевым соусом и бадьяном «В стиле Чайна-таун»

✓1 кг свиной лопатки или окорока
✓600 г брокколи
✓150 г зеленой фасоли
✓60–70 г корня имбиря
✓цедра $^{1}/_{2}$крупного апельсина
✓2 зубчика чеснока
✓60 мл красного сухого вина
✓3 ст. ложки соевого соуса
✓ *2*ст. ложки сахара
✓1–2 звездочки бадьяна
✓1 небольшой пучок зеленого лука
✓растительное масло и соль – по вкусу

Мясо нарежьте кубиками со стороной 5 см, обсушите бумажными салфетками и порциями обжарьте на небольшом количестве растительного масла. Затем переложите в глубокий сотейник. Чеснок и имбирь нарубите на средние по величине кусочки и добавьте к мясу вместе с бадьяном, сахаром, соевым соусом и нарезанной на полоски 3 х 7 см апельсинной цедрой.

Влейте вино, 500 мл воды, доведите до кипения, уменьшите огонь и потушите все около 50 минут под крышкой до мягкости свинины. Затем извлеките мясо, образовавшийся соус поварите около 10 минут на сильном огне до его уваривания на треть.

Брокколи разберите на соцветия и поварите 5 минут под крышкой в подсоленной воде. Затем добавьте зеленую фасоль, нарезанный на кусочки длиной 5 см лук и поварите еще 1 минуту. Вареные овощи положите в сотейник с соусом, поверх уложите мясо и прогрейте все в течение 1–2 минут. Подавайте с

рисом.

Запеканка со свининой, сельдью, сметаной, луком, яйцами и картофелем «По-карело-фински»

✓100 г свинины
✓100 г филе малосольной сельди
✓100 г сметаны
✓1–2 луковицы
✓7–8 картофелин
✓3 яйца
✓1 ст. ложка муки
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

В форму уложите слоями нарезанную кусочками сельдь, нарезанный кружками картофель, нарезанную кусочками свинину и нашинкованный лук. Влейте в форму немного воды и потушите в духовке до готовности.

Затем добавьте яйца, смешанные со сметаной и обжаренной мукой, посолите и поперчите. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Запеканка со свининой, морковью, картофелем, молоком, зеленым луком, петрушкой и сыром «Роттердамская»

✓500 г свинины
✓7–8 шт. моркови
✓5–6 картофелин
✓100 г сыра гауда
✓250 мл молока
✓2–3 ст. ложки муки
✓1 пучок зеленого лука
✓2–3 ст. ложки сливочного масла
✓растительное масло, зелень петрушки, перец и соль – по вкусу

Картофель и морковь нарежьте кружками и поварите 10 минут в подсоленной воде, добавьте нарезанный зеленый лук и поварите еще 5 минут. Затем откиньте овощи на дуршлаг и дайте воде стечь. Полученную массу смешайте с рубленой петрушкой.

Мясо нарежьте крупными кусками, обжарьте, посолите, поперчите и нарежьте небольшими ломтиками. Подготовленные мясо и овощи уложите слоями в смазанную маслом форму. Сыр натрите на крупной терке. Разогрейте масло и подрумяньте в нем муку, затем влейте молоко и прокипятите смесь 2 минуты.

Добавьте сыр, посолите, поперчите и влейте полученный соус в форму. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 175 ˚С.

Запеченное рагу со свининой, черносливом, сладким перцем, помидорами, луком, чесноком, укропом и петрушкой «Варшавское»

✓500 г свинины
✓50 г чернослива без косточек
✓1 шт. сладкого перца
✓2 помидора
✓1 луковица
✓3 зубчика чеснока
✓растительное масло, зелень укропа, петрушки, перец и соль – по вкусу

Свинину нарежьте порционными кусками, овощи – небольшими кусочками, зелень укропа и петрушки мелко нарубите. Чернослив слегка обжарьте на растительном масле.

Смешайте мясо, овощи, чернослив и зелень. Посолите, поперчите и уложите в глиняный горшок или форму. Запекайте в духовке около 30 минут при температуре 200 ˚С.

Рагу со свининой, грудинкой, сардельками, белой фасолью, чесноком, морковью, розмарином, тимьяном и мускатным орехом «Кассуле – символ Франции»

✓300 г мякоти свинины
✓100 г свиной грудинки
✓150–200 г гусятины, немного гусиного жира (по желанию)
✓ *2*сардельки в натуральной оболочке
✓ *2*стакана белой фасоли
✓1 шт. небольшой моркови
✓1–2 луковицы
✓5 зубчиков чеснока
✓ 2 ч. ложки растительного масла
✓1 щепотка мускатного ореха
✓ *2*лавровых листа
✓сушеный розмарин, тимьян, перец и соль – по вкусу

Промытую фасоль замочите на ночь, сварите в слегка подсоленной воде и откиньте на дуршлаг, сохранив отвар. Со свинины срежьте сало, сохранив его, мякоть нарежьте небольшими кусочками.

В глубокой сковороде вытопите срезанное сало (если у вас

есть гусиный жир, растопите и его), удалите полученные шкварки и обжарьте кусочки свинины до зарумянивания. Мясо посолите, поперчите, положите к нему нарезанный лук, раздавленные между двумя ложками 4 зубчика чеснока и нарезанную морковь. Залейте все горячей водой и потушите 40 минут.

Грудинку нарежьте кусочками, сохранив свиную шкурку, добавьте к свинине вместе с фасолью (нарезанной кусочками гусятиной), залейте отваром из-под фасоли и потушите еще 40 минут. Каждую сардельку разрежьте на 4 части и обжарьте на растительном масле до образования румяной корочки.

Керамическую емкость (лучше круглой формы, так называемую кассоль, откуда произошло название блюда) натрите изнутри оставшимся зубчиком чеснока. Уложите нарезанные шкурки от грудинки (можно добавить и свежую свиную шкурку), слой фасоли с мясом, затем сардельки и поверх них – слой фасоли с мясом.

Посыпьте мускатным орехом, розмарином, тимьяном и добавьте лавровый лист. Если необходимо, влейте отвар из-под фасоли. Запекайте в духовке 1 час 30 минут при температуре 160 ˚С, протыкая ложкой образовывающуюся на поверхности корочку. Подавайте в той же керамической емкости, в которой блюдо готовилось, с красным вином.

Рагу в горшочках со свининой, сушеными грибами, картофелем, луком, зеленью и хмели-сунели «Зимнее праздничное»

✓400 г мякоти свинины
✓ 50 г любых сушеных грибов
✓5–6 картофелин
✓1 луковица
✓50–60 г твердого тертого сыра
✓3 ч. ложки сметаны
✓300 мл грибного бульона
✓1 пучок зелени (петрушка, укроп, кинза)
✓хмели-сунели, перец и соль – по вкусу

Сушеные грибы замочите на 1 час в 1 л 500 мл холодной воды. Полученный настой профильтруйте через 3 слоя марли. Грибы промойте и поварите 20–25 минут в профильтрованном настое. Затем откиньте на дуршлаг, сохранив отвар, и нарежьте ломтиками.

Мясо нарежьте кубиками, картофель – ломтиками, лук – полукольцами. В горшочки уложите слоями мясо, посолив и поперчив, затем – лук, поверх него – грибы. Последним слоем

уложите картофель, посолите и посыпьте хмели-сунели. В заполненные горшочки влейте столько грибного отвара, чтобы он слегка покрывал картофель, и посыпьте все тертым сыром.

Смешайте сметану с 3 ч. ложками грибного отвара, добавьте в горшочки и накройте их крышками. Запекайте в духовке 1 час 30 минут при температуре 180–200 °C. Подавайте, посыпав измельченной зеленью.

Запеченное рагу со свининой, овощным ассорти, картофелем, горчицей, медом и базиликом «Лентяйское»

✓500 г мякоти свинины
✓2 упаковки замороженной овощной смеси (баклажаны, сладкий перец, помидоры, морковь, лук)
✓4 картофелины
✓1 ст. ложка острой горчицы
✓1 ст. ложка меда
✓сушеный базилик, перец и соль – по вкусу

Свинину нарежьте небольшими кусками, посолите и поперчите. Затем замаринуйте в смеси из меда и горчицы и поместите в холодильник минимум на 2 часа (лучше на ночь). Подготовленное мясо промойте и обсушите.

Картофель нарежьте такими же кубиками, как замороженные овощи. Смешайте мясо, замороженные овощи, картофель, посолите и добавьте сушеный базилик. Уложите в рукав для запекания и закрепите его края. Запекайте в духовке 40 минут при средней температуре.

Рагу в горшочках со свининой, варениками с грибами, сладким перцем и баклажанами «Запорожское осеннее»

✓200 г мякоти свинины
✓1 средний по величине баклажан
✓1 шт. сладкого перца
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу
Для теста:
✓1 $^{1}/_{2}$стакана муки
✓1 яйцо
✓ $^{1}/_{3}$стакана воды
Для начинки:
✓40–50 г сушеных грибов

✓1 луковица

✓соль – по вкусу

Мясо нарежьте соломкой и обжарьте на растительном масле, посолив и поперчив. Сладкий перец нарежьте соломкой, баклажан – кубиками и обжарьте все на растительном масле. В каждый горшочек положите слоями мясо, затем овощи, поверх них – 3 вареника с грибами и влейте по 50 мл грибного отвара. Запекайте в духовке 20 минут при температуре 150 ˚С.

Для вареников грибы замочите на 4 часа в холодной воде и сварите в подсоленной воде до готовности, сохранив отвар. Затем остудите и пропустите через мясорубку. Лук нарежьте мелкими кубиками и обжарьте с грибным

фаршем на растительном масле. Полученную начинку посолите, тщательно перемешайте и остудите.

Из муки, воды и яйца сделайте пресное тесто, тонко раскатайте и нарежьте квадратиками. На середину каждого из них положите немного начинки, придайте форму треугольника и тщательно защипните края. Подготовленные вареники сварите в подсоленной воде до готовности, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь.

С бараниной

Рагу с бараньей грудинкой, луком, черносливом, красным перцем, корицей и шафраном «Алжирское»

✓500 г бараньей грудинки
✓2–3 луковицы
✓100 г чернослива
✓2 ст. ложки муки
✓растительное масло, корица, шафран, красный молотый перец и соль – по вкусу

Баранью грудинку нарубите кусочками и обжарьте на растительном масле. Добавьте измельченный лук, муку и обжарьте все до зарумянивания мяса. Затем влейте столько горячей воды, чтобы мясо было покрыто ею, и потушите под крышкой на слабом огне до готовности.

За 1 час до готовности мяса добавьте соль, корицу, шафран, красный молотый перец. При необходимости подливайте немного горячей воды. За полчаса до готовности положите замоченный в воде и очищенный от косточек чернослив.

Запеченное рагу с бараньей лопаткой, корейкой, чесночной колбасой, фасолью, луком, чесноком и пряностями «Вперед, Тулуза!»

✓500 г лопатки молодого барашка
✓300 г корейки
✓100 г чесночной колбасы
✓150 г белой фасоли
✓3 луковицы
✓3 зубчика чеснока
✓1 ст. ложка муки
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓1 стакан панировочных сухарей
✓1 пучок пряных трав
✓1 бутон гвоздики
✓3 ст. ложки гусиного жира
✓2 ст. ложки сливочного масла
✓ $^1/_4$ч. ложки белого молотого перца
✓1 ч. ложка соли

Фасоль замочите в холодной воде на 12 часов и откиньте на дуршлаг. Корейку нарежьте кубиками. Лук очистите, в одну

луковицу воткните бутон гвоздики, 2 луковицы нарежьте кубиками. Чеснок очистите, 2 зубчика разотрите с солью.

Корейку смешайте с фасолью, добавьте пучок пряных трав, луковицу с гвоздикой, целый зубчик чеснока, растертый с солью чеснок, посыпьте белым перцем и залейте водой. Поварите все 1 час под крышкой.

Мясо молодого барашка нарежьте кубиками и с нарезанным луком и мукой обжарьте на гусином жире. Добавьте к баранине томатную пасту и столько воды, чтобы она покрыла мясо. Поварите все 1 час.

Фасоль с корейкой уложите в форму, добавьте нарезанную ломтиками колбасу и баранину вместе с бульоном. Посыпьте панировочными сухарями и поверх разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке 20 минут при температуре 220 ˚С.

Рагу с бараниной, баклажанами, помидорами, чесноком, белым вином и петрушкой «Гран мерси!»

- ✓1 кг 500 г нежирной баранины
- ✓4 баклажана
- ✓1 помидор
- ✓2 зубчика чеснока
- ✓3 ст. ложки сухого белого вина
- ✓ $^1/_2$пучка петрушки
- ✓8 ст. ложек растительного масла
- ✓перец и соль – по вкусу

Мясо нарежьте кусочками и обжарьте в сотейнике в 2 ст. ложках растительного масла на сильном огне. Затем извлеките мясо и вылейте растительное масло. Помидор подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и разомните вилкой.

Снова влейте в сотейник 2 ст. ложки растительного масла и, когда оно нагреется, положите мясо. Посолите, поперчите, добавьте 1 зубчик измельченного чеснока и подготовленный помидор. Потушите все под крышкой 1 час 15 минут на слабом огне.

Вымытые, обтертые салфеткой баклажаны нарежьте кружками толщиной 2 см, затем кубиками. Посолите, поперчите и обжарьте на оставшемся растительном масле. Первые 15 минут держите баклажаны на среднем огне без крышки, помешивая. Добавьте оставшийся измельченный чеснок, нарезанную петрушку, перемешайте и снимите с огня.

За 15 минут до окончания тушения мяса добавьте к нему

баклажаны, приоткрыв крышку сотейника, чтобы выходил пар. Готовое мясо и овощи положите на подогретое блюдо и держите в теплом месте. Влейте в сотейник белое вино, поставьте на сильный огонь и поскребите по дну деревянной лопаткой. Подавайте, полив мясо и баклажаны полученным соусом.

Запеканка с бараниной, картофельным пюре, сельдереем, луком, петрушкой и чесноком «Обед пастушка на зеленом лугу»

- ✓3 стакана нарезанной кубиками баранины
- ✓3 стакана картофельного пюре
- ✓ 3/ 4стакана мелко нарезанного корня сельдерея
- ✓ 2ст. ложки мелко нарубленного лука
- ✓ 1/ 4стакана мелко нарубленной петрушки
- ✓1 зубчик чеснока
- ✓4 желтка
- ✓ 2ст. ложки сливочного масла или маргарина
- ✓перец – на кончике ножа
- ✓ 1/ 2ч. ложки соли

Лук, измельченный чеснок и сельдерей обжарьте на масле (маргарине) до мягкости. Затем добавьте баранину, петрушку, соль, перец и доведите смесь до готовности. Смешайте картофельное пюре с 3 желтками и половину смеси уложите слоем толщиной 2–3 см в смазанную маслом форму.

В середину картофельной массы положите подготовленную баранину, поверх нее – оставшееся картофельное пюре и смажьте его 1 взбитым желтком. Запекайте в духовке 30–35 минут при средней температуре.

Рагу с бараниной, картофелем, красным луком, пивом, петрушкой и чабрецом «Ирландское. Первый вариант»

- ✓800 г баранины
- ✓500 г картофеля
- ✓4 головки красного лука
- ✓500 мл темного пива
- ✓1 кубик мясного бульона
- ✓1/2 пучка петрушки
- ✓3 веточки чабреца
- ✓4 ст. ложки оливкового масла
- ✓перец и соль – по вкусу

Картофель очистите и нарежьте кружками. Мясо нарежьте кусками, обжарьте со всех сторон в 2 ст. ложках оливкового масла и переложите в другую емкость. Слейте образовавшийся жир, влейте оставшееся оливковое масло и обжарьте нашинкованный лук.

Поверх него уложите картофель, затем мясо, посолите, поперчите и добавьте измельченные травы. Влейте пиво, 250 мл воды и добавьте раскрошенный бульонный кубик. Потушите 1 час 30 минут на слабом огне.

Рагу с бараньей лопаткой, репой, морковью, луком-пореем, пивом, тимьяном и петрушкой «Ирландское. Второй вариант»

✓1 кг бараньей лопатки
✓4–6 шт. репы
✓1 шт. моркови
✓1–2 стебля лука-порея (средняя часть)
✓2–3 луковицы
✓500 мл темного пива
✓1 щепотка сушеного тимьяна
✓зелень петрушки, черный перец горошком и соль – по вкусу

Мясо и все овощи нарежьте небольшими кусками. Уложите в сотейник сначала половину нормы овощей, затем лука, поверх него все мясо, затем оставшийся лук и поверх него остаток овощей.

Посолите, добавьте перец горошком, тимьян, влейте пиво, 500 мл воды, накройте крышкой и доведите до кипения на сильном огне. Затем уменьшите огонь до минимума и потушите 2 часа. Подавайте, посыпав мелко рубленной петрушкой.

Рагу с бараньей грудинкой, шампиньонами, репой, морковью, луком, корнем петрушки и зеленью «Ширли-мырлинское»

✓500 г бараньей грудинки
✓4–5 средней величины шампиньонов
✓1 шт. небольшой репы
✓1 шт. моркови
✓2 луковицы
✓1 корень петрушки
✓2–3 ст. ложки сливочного масла
✓растительное масло, бульон, любая зелень, перец и соль –

по вкусу

Баранью грудинку нарубите вместе с костями небольшими кусками (как для шашлыка), посолите, поперчите и слегка обжарьте на сливочном масле. Нашинкованный лук слегка обжарьте на растительном масле, влейте бульон и прокипятите.

Отдельно обжарьте на растительном масле нашинкованные грибы. Корень петрушки, морковь, репу нарежьте кусочками и подержите немного в кипятке.

Все подготовленные продукты уложите в форму, влейте бульон или воду, посолите и перемешайте. Потушите в духовке или на плите на очень слабом огне до готовности. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу с бараниной, капустой, картофелем, кабачками, помидорами, чесноком, мятой и орегано «Базельское»

✓800 г мякоти баранины
✓400 г молодой капусты
✓4–5 средних по величине картофелин
✓ *2*средних по величине молодых кабачка
✓ *2*крупных помидора
✓ *2*шт. крупной моркови
✓2 луковицы
✓4–5 зубчиков чеснока
✓1 веточка мяты
✓оливковое масло, сушеный орегано, черный перец горошком и соль – по вкусу

Мясо нарежьте небольшими кусками и обжарьте на оливковом масле до золотистого цвета. Добавьте нарезанный полукольцами (или четвертинками колец) лук и обжарьте все, помешивая, 5–7 минут. Затем положите крупно нарезанные капусту и картофель, нарезанный полукружиями кабачок, нарезанные кубиками морковь и помидоры.

Влейте 2 стакана подсоленного кипятка и потушите все на слабом огне в течение 1 часа 30 минут – 2 часов. В конце тушения добавьте измельченный чеснок, черный перец горошком, орегано и несколько листочков мяты.

Блюда с фаршем

Мясная запеканка с капустой, рисом, луком, томатным соусом и сметаной «Супер ленивая»

✓500 г любого фарша
✓ 1/ 2кочана капусты
✓ 2/ 3стакана риса
✓1–2 луковицы
✓1 1/ 2стакана воды
✓2 ч. ложки соли
✓растительное масло, томатный соус, сметана, перец и соль – по вкусу

Лук и капусту крупно нарежьте. В блендер влейте 1 стакан воды, положите лук и взбейте. Добавьте половину нормы капусты и продолжайте взбивать. Долейте полстакана воды (вместо воды можно взять сметану), положите оставшуюся капусту, взбейте все вместе, посолите, поперчите, по желанию добавьте томатный соус и тщательно взбейте смесь.

Смешайте фарш с сырым рисом, влейте луковокапустную смесь и тщательно перемешайте. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму и разровняйте. Запекайте в духовке 50–60 минут при температуре 180 °С. Готовую запеканку смажьте сметаной и запекайте еще 5 минут.

Запеченное рагу в тыкве с фаршем, перцем чили, кукурузой, зеленым горошком, чесноком, карри и петрушкой «Мехико»

✓200 г любого мясного фарша
✓1 кг тыквы
✓150 г консервированной кукурузы
✓150 г консервированного зеленого горошка
✓2–3 луковицы
✓1 зубчик чеснока
✓600 мл овощного бульона
✓ 2стручка красного перца чили
✓ 2ст. ложки томатной пасты
✓1 ст. ложка муки
✓ 1/ 2ч. ложки карри
✓1 пучок петрушки
✓ 2ст. ложки растительного масла

✓соль – по вкусу

У тыквы срежьте верхнюю часть и удалите ложкой мякоть, оставив слой толщиной 1 см. Мякоть очистите от семян и нарежьте кубиками. Стручки перца чили и лук мелко нарежьте. Чеснок пропустите через пресс. Мясной фарш обжарьте на части растительного масла и приправьте солью и карри. Петрушку измельчите.

Мякоть тыквы и лук обжарьте в течение 5 минут на оставшемся растительном масле. Добавьте перец чили, чеснок, томатную пасту, влейте овощной бульон и поварите все 10 минут. Затем всыпьте муку, положите кукурузу, зеленый горошек, мясной фарш и петрушку. Посолите, дайте настояться в течение 5 минут и уложите в подготовленную тыкву. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 150 ˚С.

Мясная запеканка с фасолью, кукурузой, чипсами, помидорами, сладким перцем и чесноком по-мексикански «Рецепт дочки Монтесумы»

✓500 г любого фарша
✓1 банка консервированной фасоли
✓1 банка консервированной кукурузы
✓100 г чипсов
✓2 свежих или консервированных помидора
✓3 луковицы
✓3 шт. сладкого перца
✓2–3 зубчика чеснока
✓100 г сыра
✓1 белая булочка
✓1 яйцо
✓3 ст. ложки томатной пасты
✓1 щепотка сахара
✓перец чили, растительное масло, молотый черный перец и соль – по вкусу

Булочку замочите в воде, лук мелко нарежьте. Смешайте фарш, яйцо, треть нормы лука и измельченную булочку. Смесь посолите, поперчите, сделайте небольшие

шарики и обжарьте их на растительном масле со всех сторон в течение 5–6 минут.

Подготовленные мясные шарики уложите в форму. Слейте жидкость с фасоли и кукурузы. Сладкий перец и перец чили нарежьте кубиками, чеснок мелко нарубите.

На сковороде, где обжаривались мясные шарики, потушите оставшийся лук, чеснок, сладкий перец и перец чили. Приправьте

все солью и щепоткой сахара, добавьте томатную пасту и нарезанные помидоры.

Затем влейте немного воды, положите фасоль, кукурузу и потушите смесь еще 5–6 минут. Подготовленную массу уложите поверх мясных шариков, затем – чипсы и поверх них – тертый сыр. Запекайте в духовке 20–25 минут при температуре 180–200 ˚С.

Мясная запеканка с капустой и салом по-французски «Марсельеза»

✓350 г любого фарша
✓ 1/ 2кочана капусты
✓150 г сала
✓панировочные сухари, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Капусту разберите на листья, сварите в подсоленной воде до мягкости и срежьте стебли. Обсохшие капустные листья мелко нарежьте. Фарш обжарьте, посолите и поперчите. Сало нарежьте тонкой соломкой.

В смазанную маслом форму уложите слоями капусту, фарш и сало. Поверх сала посыпьте панировочными сухарями и сбрызните маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Мясная запеканка с черносливом, сладким вином, медом и корицей «Фестивальная»

✓500 г любого фарша
✓1 кг чернослива
✓1 стакан сладкого красного вина
✓ 2ст. ложки меда
✓ 1/ 4ч. ложки корицы
✓3 яйца
✓ 2луковицы
✓4 ст. ложки сливочного масла
✓мука, перец и соль – по вкусу

Чернослив залейте крутым кипятком на 15 минут, затем откиньте на дуршлаг и мелко нарежьте. Лук мелко нарежьте и обжарьте на сливочном масле до золотистого цвета. Положите чернослив и обжарьте все еще 5 минут. Добавьте вино, мед, корицу, перемешайте и потушите на среднем огне около 15 минут. Смесь снимите с огня и дайте ей остыть.

В остывшую смесь положите фарш, влейте взбитые яйца,

посолите, поперчите, тщательно перемешайте и уложите в смазанную маслом и посыпанную мукой форму. Запекайте в духовке около 40 минут при средней температуре. Запеканка должна слегка осесть. Подавайте, охладив около 10 минут.

Рагу с говяжьим фаршем, капустой, картофелем, брюквой, морковью, луком, сельдереем и томатным соусом «Дарственное»

- ✓ 500 г говяжьего фарша
- ✓1 небольшой кочан капусты
- ✓4 крупные картофелины
- ✓1 шт. небольшой брюквы
- ✓ 1/ 2стакана нарезанной моркови
- ✓1 луковица
- ✓4 стебля сельдерея
- ✓ 3/ 4стакана томатного соуса
- ✓перец и соль – по вкусу

Смешайте фарш, мелко нарезанный лук и мелко нарезанные стебли сельдерея. Обжарьте все, помешивая, на среднем огне, пока мясо не подрумянится. Добавьте томатный соус, воду, морковь, мелко нарезанную брюкву и мелко нарезанный картофель.

Доведите до кипения, уменьшите огонь до минимума и потушите все 20 минут. Спустя это время положите мелко нашинкованной капусту, посолите, поперчите и потушите еще 40–45 минут.

Мясная запеканка с капустой, овсяными хлопьями, луком и салом «Завтрак Геркулеса»

- ✓300 г любого фарша
- ✓ 100 г сала
- ✓1 небольшой кочан капусты
- ✓1 стакан овсяных хлопьев
- ✓1 луковица
- ✓2 яйца
- ✓4 ст. ложки сметаны
- ✓ 2ст. ложки растительного масла
- ✓молотые сухари, перец и соль – по вкусу

Капусту разберите на листья, несколько минут поварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. В мясной фарш добавьте мелко нарезанный лук, овсяные хлопья, соль, перец, немного сметаны и тщательно перемешайте смесь.

В смазанную маслом форму уложите слоями подготовленные капустные листья и фарш. Последним слоем положите капустные листья. Взбейте яйца, смешайте с оставшейся сметаной, влейте полученную смесь в форму, посыпьте сухарями и разложите тонкие ломтики сала. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте с вареным картофелем.

Запеканка с говяжьим фаршем, сладким перцем, сыром чеддер, сметаной, петрушкой и тимьяном «Привереда»

✓500 г нежирного говяжьего фарша
✓1 шт. сладкого зеленого перца
✓200 г тертого сыра чеддер
✓200 г панировочных сухарей
✓ 1/ 2стакана сметаны
✓1 луковица
✓1 зубчик чеснока
✓2 ст. ложки вустерширского соуса
✓1 ст. ложка рубленой зелени петрушки
✓1 ст. ложка рубленой зелени тимьяна
✓1 ч. ложки соли
✓томатный соус, оливковое масло и перец – по вкусу

Лук, сладкий перец и чеснок мелко нарежьте и обжарьте на оливковом масле до мягкости. Фарш смешайте с сыром, панировочными сухарями, сметаной, вустерширским соусом и зеленью. Затем добавьте остывшие обжаренные овощи, посолите, поперчите и тщательно перемешайте.

Полученную массу уложите в смазанную маслом форму и смажьте тонким слоем томатного соуса. Запекайте в духовке 45 минут при температуре 160 ˚С. Подавайте с картофелем, зеленым салатом или гречневой кашей.

Запеканка со свиным фаршем, луком, изюмом, черносливом и арахисом «Рококо»

✓1 кг свиного фарша
✓2 луковицы
✓5–6 ст. ложек растительного масла
✓изюм, чернослив, арахис, красный и черный молотый перец, соль – по вкусу

Фарш вместе с мелко нарезанным луком обжарьте, посолите, поперчите, добавьте очищенный арахис, изюм, нарезанный чернослив и все тщательно перемешайте.

Полученную массу уложите в форму. Запекайте в духовке до золотистого цвета при средней температуре. Подавайте с жареным картофелем, картофельным пюре или салатом.

Запеканка с говяжьими котлетками, вином, зеленым горошком, рисом, сыром, творогом, петрушкой и укропом «Кантри»

✓400 г говяжьего фарша
✓1 стакан сухого красного вина
✓200 г сухого зеленого горошка
✓400 г риса
✓150 г творога
✓5 яиц
✓1 луковица
✓2–3 ломтика белого хлеба
✓3 ст. ложки панировочных сухарей
✓1 стакан молока
✓бульон, томатная паста, любой тертый сыр, зелень петрушки и укропа, сливочное и растительное масло, перец и соль – по вкусу

Лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Добавьте к луку фарш, обжарьте, посолите, поперчите, влейте вино, положите томатную пасту и потушите все 30 минут.

Хлеб размочите в молоке, отожмите, смешайте с 1 взбитым яйцом и добавьте вместе с мелко нарезанной частью зелени петрушки и всем измельченным укропом к мясу. Смесь тщательно перемешайте, сделайте из нее котлетки и обжарьте их.

Вскипятите бульон, положите в него зеленый горошек, рис, посолите и сварите до полуготовности. Взбейте 2 яйца, смешайте с оставшейся мелко нарезанной петрушкой, добавьте к рису и горошку и перемешайте. Творог смешайте с 2 сваренными вкрутую и мелко нарезанными яйцами.

В смазанную растительным маслом и слегка посыпанную панировочными сухарями форму уложите часть рисовой массы. В ее центре сделайте углубление и уложите в него слоями котлетки и творог с яйцами. Накройте оставшейся рисовой массой, посыпьте сыром и поверх разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке 15 минут при температуре 170 °С. Подавайте, остудив и перевернув на блюдо.

С мясом и мясными продуктами

Мясное рагу с грибами, картофелем, сладким перцем, помидорами, красным вином, паприкой и зеленью «Жерминаль»

✓400 г мяса (мякоть телятины, свинины или курицы)
✓200 г любых грибов
✓3 картофелины средней величины
✓ *2*шт. сладкого красного перца
✓ *2*помидора
✓1 крупная луковица
✓1 стакан сухого красного вина
✓1 стакан мясного бульона
✓1 ч. ложка паприки
✓2–3 ст. ложки растительного масла
✓любая зелень, крупно молотый черный перец и соль – по вкусу

Крупно нарезанное мясо слегка обжарьте в 1–2 ст. ложках растительного масла в казане, добавляя небольшое количество бульона. Помешивая, подержите на сильном огне примерно 3 минуты, затем мясо переложите на тарелку.

В казане припустите мелко нарезанные лук и помидоры, посыпав все паприкой. Через 1–2 минуты положите в казан мясо, добавьте бульон и часть вина. Доведите до кипения, посолите и положите нарезанные на четвертинки грибы. Спустя 10 минут добавьте очищенный от семян и нарезанный соломкой сладкий перец.

Картофель нарежьте кружками или крупными кубиками, положите в казан и потушите все 20–25 минут. Влейте оставшееся вино, осторожно перемешайте, уменьшите огонь и потушите под крышкой около 5 минут. Готовое рагу разложите на тарелки, посыпьте черным молотым перцем и любой рубленой зеленью. Подавайте с белым хлебом и красным вином.

Мясное рагу с картофелем, помидорами, морковью, фенхелем, сельдереем, красным вином, тимьяном и кервелем «Прованское»

✓1 кг говядины или баранины (голень, шеи, хвосты)
✓500–600 г картофеля
✓5 помидоров

✓1 небольшая банка консервированных помидоров
✓10–15 помидоров черри
✓2–3 шт. моркови
✓1 клубень фенхеля
✓ *2*стебля сельдерея
✓1 крупная луковица
✓4–5 зубчиков чеснока
✓мясной бульон (вода), сухое красное вино, зелень тимьяна, петрушки, кервеля, оливковое масло, молотый черный и розовый перец, соль – по вкусу

Морковь нарежьте кубиками, фенхель и сельдерей – кусочками. Консервированные помидоры измельчите в блендере, свежие подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, семян и мелко нарежьте.

В кастрюле с толстым дном разогрейте оливковое масло, положите тимьян и прогрейте до появления характерного запаха. Затем положите нарезанное крупными кусками мясо, обжарьте до хрустящей корочки и переложите в другую емкость.

Мелко рубленные лук и чеснок обжарьте до зарумянивания на оставшемся масле. Добавьте сельдерей, затем фенхель, морковь и обжарьте все на сильном огне, помешивая, 5 минут. Положите мясо, посолите, поперчите, добавьте свежие и консервированные помидоры вместе с соком.

Влейте столько бульона (воды) и вина, чтобы мясо едва было покрыто, и потушите на среднем огне до полной готовности всех частей мяса. За 15–20 минут до окончания тушения положите крупно нарезанный картофель, помидоры черри, накройте крышкой и поварите до готовности картофеля. В конце тушения посыпьте измельченной зеленью петрушки и кервеля. Подавайте с крупно нарезанными свежими овощами, хлебом и сухим красным вином.

Рагу с говядиной, свининой, бараниной, колбасой, брюквой, луком, брюссельской капустой, картофелем, морковью и сметаной «Бельгийское»

✓300 г говяжьей грудинки
✓250–300 г бараньей лопатки
✓100 г мякоти свинины
✓250–300 г свиной колбасы
✓250–300 г брюссельской капусты
✓7–8 картофелин
✓100 г брюквы
✓1 шт. моркови

✓10 небольших луковиц
✓ 3/ 4стакана сметаны
✓2 стакана куриного бульона
✓1 ст. ложка соли
✓лавровый лист и перец – по вкусу

Мясо нарежьте кусочками, положите в кастрюлю и залейте бульоном. Добавьте 2 стакана воды, лавровый лист, 1 ст. ложку соли и доведите бульон до кипения, постоянно снимая пену. Затем плотно накройте кастрюлю крышкой и поварите содержимое 2 часа на слабом огне.

Овощи очистите, нарежьте кубиками (кроме брюссельской капусты) и добавьте к мясу. Потушите все еще 30 минут, пока мясо не станет мягким. Извлеките мясо и овощи из кастрюли, уложите на тарелку и держите в теплом месте. В кастрюлю с бульоном положите колбасу и поварите 10 минут. Затем нарежьте кусочками и добавьте ее к мясу и овощам.

Полученный бульон поварите, пока его объем не сократится на треть. Затем добавьте перец, сметану и слегка подогрейте. Полученным соусом залейте мясо с овощами. Подавайте немедленно.

Рагу с кроличьими ножками, морковью, сладким перцем, чесноком, лимоном, томатной пастой и петрушкой «Жан-Жаковское»

✓1 кг 200 г кроличьих ножек (примерно 6 шт.)
✓1–2 шт. моркови
✓1 шт. сладкого зеленого перца
✓7–8 крупных зубчиков чеснока
✓500 мл минеральной воды
✓сок 1/ 2лимона
✓1 ст. ложка муки
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓1 пучок петрушки
✓6–7 ст. ложек оливкового масла
✓1–2 ст. ложки сливочного масла
✓белый молотый перец и соль – по вкусу

Ножки кролика помойте, тщательно удалите сколы костей, залейте минеральной водой, добавьте лимонный сок и оставьте на 1 час – 1 час 30 минут. Спустя это время извлеките из маринада и обсушите. Сладкий перец крупно нарежьте, чеснок и петрушку крупно нарубите.

Морковь нарежьте крупными полукружиями. Все подготовленные продукты посолите, посыпьте белым перцем,

полейте 3–4 ст. ложками оливкового масла, тщательно перемешайте и оставьте на 2 часа.

Спустя это время извлеките ножки кролика и слегка обжарьте на оставшемся оливковом масле до образования золотистой корочки. Подготовленные овощи потушите в казане, добавьте к ним обжаренные ножки и все перемешайте.

Муку отдельно обжарьте на сливочном масле до золотистого цвета, влейте 1 л воды и тщательно размешайте, чтобы не было комочков. Добавьте томатную пасту, посолите и все перемешайте. Полученным соусом залейте ножки кролика с овощами и потушите 1 час под крышкой на слабом огне. Подавайте (лучше на следующий день) с картофельным пюре или с макаронами.

Рагу с олениной, картофелем, репой, свеклой, морковью, сладким перцем, стручковым горошком и чесноком «От барона Мюнхгаузена»

✓800 г филе оленины
✓250 г мелкого картофеля
✓300 г репы
✓300 г свеклы
✓250 г моркови
✓250 г сладкого перца
✓100 г зеленого горошка в стручках
✓150 г лука
✓12 зубчиков чеснока
✓3–4 ст. ложки сливочного масла
✓3 ст. ложки растительного масла
✓1 пучок зелени (петрушка, укроп, кинза)
✓3 лавровых листа
✓любая зелень, черный или красный молотый перец, соль – по вкусу

Оленину промойте, обсушите салфеткой, нарежьте средними по величине кусочками и слегка обжарьте на растительном масле.

Репу, морковь, свеклу, лук, чеснок и сладкий перец очистите. Картофель и горошек тщательно вымойте, не очищая. Лук нарежьте крупными кольцами, стручки зеленого горошка и зубчики чеснока оставьте целыми, остальные овощи нарежьте крупными кубиками и все смешайте.

В глубокую кастрюлю с толстым дном уложите слоями, чередуя, слой мяса, поверх него – слой овощей. Посолите, поперчите, положите лавровый лист и посыпьте частью рубленого пучка зелени. Таким образом уложите все мясо и овощи и поверх разложите кусочки сливочного масла.

Накройте кастрюлю крышкой и доведите содержимое до кипения на сильном огне. Затем уменьшите огонь до слабого и потушите все около 40 минут до готовности, не допуская чрезмерного разваривания овощей. Подавайте, осторожно перемешав снизу вверх и посыпав любой рубленой зеленью.

Запеканка с колбасками-гриль, сладким перцем, куриным бульоном, луком и рисом «Братья Обжоркины»

✓500 г колбасок-гриль
✓2 стакана вареного риса
✓1 шт. сладкого перца
✓1 луковица
✓200 мл куриного бульона
✓ 1/ 2ч. ложки перца
✓1 ч. ложка соли
✓растительное масло – по вкусу

Колбаски нарежьте кусочками и обжарьте на растительном масле. Добавьте нашинкованный лук, нарезанный кубиками сладкий перец и все немного обжарьте.

Затем положите рис, влейте бульон, посолите, поперчите и тщательно перемешайте. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке около 40 минут при температуре 180 ˚С.

Запеканка с ветчиной, картофелем, луком-пореем, майонезом и сливками «Сан-ремовская»

✓100 г ветчины
✓5–6 картофелин
✓1 стебель лука-порея
✓4 ст. ложки майонеза
✓4 ст. ложки сливок
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Картофель нарежьте тонкими кружками, лук-порей – кольцами, ветчину – кубиками. В смазанную растительным маслом форму уложите слоями картофель, лук-порей и посыпьте кубиками ветчины.

Сливки и майонез смешайте, посолите и поперчите. Полученную смесь влейте в форму. Запекайте в духовке около 40 минут при температуре 180 ˚С.

Запеканка с мозгами, луком, молоком, яйцами и хлебом «Ум – хорошо, а два – лучше»

✓500 г мозгов
✓1 луковица
✓ 1/ 2стакана молока
✓ 2яйца
✓3 ломтика белого хлеба
✓2 ст. ложки сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Мозги положите в дуршлаг, ошпарьте, поместите на доску, снимите с них пленку и мелко нарубите. Лук мелко нарежьте и обжарьте в 1 ст. ложке сливочного масла. Хлеб замочите в молоке, желтки отделите от белков. К рубленым мозгам добавьте отжатый хлеб, обжаренный лук, соль, перец и желтки.

Полученную массу тщательно перемешайте, введите в нее взбитые белки, осторожно перемешайте и уложите в смазанную оставшимся маслом форму. Запекайте в духовке 20 минут при средней температуре. Подавайте с цветной капустой.

Запеканка с мозгами, рисом и сливками «Умный в гору не пойдет»

✓200 г мозгов
✓ 2стакана вареного риса
✓2–3 ст. ложки сливок
✓уксус, топленое масло, перец и соль – по вкусу

Мозги замочите на 1 час в холодной подкисленной укусом воде, затем немного подержите в кипящей воде и слейте ее. Мозги очистите от пленок и сварите в подсоленной воде с добавлением уксуса.

Готовые мозги протрите через сито, посолите, поперчите и смешайте со сливками. Рис уложите в смазанную топленым маслом форму и поверх него – подготовленные мозги. Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре.

Рагу с телячьими почками, грибами, морковью, корнем сельдерея, зеленым горошком и красным вином «Венское»

✓500–600 г телячьих почек
✓5–6 шт. любых грибов

✓2 шт. моркови
✓1 луковица
✓1 небольшой корень сельдерея
✓3–4 ст. ложки консервированного зеленого горошка
✓1–2 ч. ложки томатной пасты
✓ *2*стакана айрана (или $^{1}/_{2}$стакана кислого молока, разбавленного 2 стаканами воды)
✓50 мл столового красного вина
✓ *2*ст. ложки муки
✓ *2*ст. ложки уксуса
✓ *2*ст. ложки смальца
✓зелень петрушки, тмин, лавровый лист, перец и соль – по вкусу

Почки очистите от пленок, тщательно помойте под проточной водой, разрежьте пополам и замочите на 2–3 часа в айране (разведенном кислом молоке). Спустя это время сварите почки до полуготовности в небольшом количестве воды с добавлением уксуса. Подготовленные почки промойте холодной водой, обсушите салфеткой и обжарьте на части смальца.

Морковь и сельдерей нарежьте соломкой, обжарьте на оставшемся смальце, затем влейте немного воды и потушите до мягкости. Добавьте к почкам нашинкованный лук, томатную пасту, муку, тушеные морковь и сельдерей. Через несколько минут положите вареные и нарезанные ломтиками грибы и зеленый горошек.

Влейте вино, посолите, поперчите, добавьте лавровый лист и потушите все 20 минут на слабом огне. Подавайте с вареным молодым картофелем, политым растопленным сливочным маслом и посыпанным измельченной зеленью петрушки и тмином.

Запеканка с копченой колбасой, ветчиной, морковью, луком, рисом и петрушкой «Дюссельдорфская»

✓200 г копченой колбасы
✓100 г ветчины
✓2 шт. моркови
✓ *2*луковицы
✓300 г длиннозерного риса
✓1 л воды
✓ *2*ст. ложки рубленой зелени петрушки
✓ *2*ст. ложки свиного жира
✓1 ст. ложка оливкового масла
✓1 ч. ложка соли

Рис поварите 10 минут в подсоленной воде на слабом огне. Подготовленный рис оставьте в воде. Ветчину нарежьте кубиками, колбасу – ломтиками, лук – кубиками, морковь нашинкуйте соломкой. Лук и морковь обжарьте в жире, добавьте ветчину, колбасу, петрушку и все еще немного обжарьте, помешивая.

К подготовленным продуктам добавьте рис вместе с жидкостью, в которой он варился, и все перемешайте. Полученную массу уложите в форму и сбрызните оливковым маслом. Запекайте в духовке 15–20 минут при температуре 200 ˚С. Подавайте с любым салатом.

Запеканка с колбасой, чечевицей, картофелем, морковью, фенхелем, сыром, сливками и петрушкой «Нью-орлеанская»

✓400 г колбасы
✓300 г коричневой чечевицы
✓500 г картофеля
✓ *2*стебля лука-порея
✓1 шт. моркови
✓1 шт. фенхеля
✓100 г тертого сыра гауда
✓ *2*яйца
✓700–800 мл овощного бульона
✓120–130 мл сливок
✓1/2 пучка петрушки
✓перец и соль – по вкусу

Бульон с чечевицей доведите до кипения, накройте крышкой и поварите на слабом огне 40 минут. Картофель нарежьте кубиками и поварите в подсоленной воде 10 минут. Лук нарежьте кольцами, морковь – кружками. Клубень фенхеля разрежьте вдоль на 8 частей и вместе с другими измельченными овощами добавьте к картофелю.

Поварите все 10 минут, слейте жидкость с овощей, смешайте их с чечевицей, посолите, поперчите, добавьте нарезанную кусочками колбасу и уложите полученную массу в форму. Взбейте веничком яйца, сливки, сыр, посолите, поперчите и влейте смесь в форму. Запекайте в духовке 40 минут при температуре 200 ˚С. Подавайте, посыпав измельченной петрушкой.

Рагу с купатами, картофелем, помидорами, морковью, луком, чесноком, укропом, петрушкой и

итальянскими травами «Бельканто»

✓400–500 г купат
✓4–5 крупных картофелин
✓ *2*шт. сладкого перца
✓2–3 помидора
✓1 шт. моркови
✓ *2*луковицы
✓2–3 зубчика чеснока
✓ *2*ст. ложки томатной пасты
✓1 ч. ложка паприки
✓зелень укропа, петрушки, сушеная смесь итальянских трав, перец и соль – по вкусу

Купаты обжарьте без добавления масла с обеих сторон до золотистой корочки, остудите и нарежьте кружками. Лук, помидоры, сладкий перец нарежьте кубиками, картофель – дольками. Морковь натрите на средней терке, чеснок нарежьте пластинками.

В оставшемся от жарения купат жире (если его мало, добавьте немного растительного масла) обжарьте сначала лук, затем добавьте к нему морковь и сладкий перец. Обжарьте все в течение 5 минут, положите чеснок и потушите еще 5 минут. Добавьте помидоры, томатную пасту, посолите, перемешайте и потушите под крышкой 10 минут.

В сотейник уложите купаты, поверх них – овощную заправку, затем – картофель. Залейте водой (бульоном) так, чтобы только покрыть картофель, посолите, посыпьте паприкой и потушите под крышкой 30 минут. Спустя это время добавьте мелко рубленную зелень укропа, петрушки, смесь итальянских трав и все еще немного потушите под крышкой или без нее в зависимости от желаемой густоты соуса.

Запеканка с сосисками, сладким перцем, красным луком, яйцами, сыром моцарелла, петрушкой и базиликом «Флорентийская»

✓200 г сосисок
✓ *2*шт. сладкого желтого перца
✓1 красная луковица
✓8 яиц
✓1 стакан тертого сыра моцарелла
✓ $^{1}/_{4}$стакана измельченной зелени петрушки или базилика
✓ $^{3}/_{4}$ч. ложки соли
✓ $^{1}/_{4}$ч. ложки крупномолотого черного перца

✓растительное масло – по вкусу

Сосиски нарежьте кусочками и обжарьте в течение 5 минут на среднем огне до золотистого цвета в форме для выпечки. Затем переложите на бумажную салфетку, чтобы удалить излишек масла.

В форму, где обжаривались сосиски, положите нарезанный полосками перец, тонко нашинкованный лук, влейте полстакана воды и потушите смесь, помешивая, 12–13 минут, пока овощи не станут мягкими.

Взбейте яйца, смешайте с петрушкой, солью, перцем и сыром. Полученную массу уложите в форму и добавьте сосиски. Прогрейте все в течение 3 минут, не перемешивая, пока масса не загустеет по краям. Затем запекайте в духовке 10–12 минут при средней температуре до застывания массы. Подавайте, перевернув форму на блюдо.

Запеканка с салями, ветчиной, рисом, морковью, луком и петрушкой «Туринская»

✓150 г салями
✓100 г ветчины
✓300 г риса
✓2 шт. моркови
✓ *2*луковицы
✓1 л воды
✓ *2*ст. ложки измельченной петрушки
✓ *2*ст. ложки свиного жира
✓1 ст. ложка оливкового масла
✓1 ч. ложка соли
✓перец – по вкусу

Рис тщательно промойте в холодной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Вскипятите воду, посолите ее, всыпьте рис и поварите 10–12 минут. Затем откиньте на сито, сохранив воду, в которой рис варился.

Салями нарежьте тонкими полосками, ветчину и лук – кубиками. Морковь натрите на крупной терке. Растопите жир и обжарьте лук и морковь до золотистого цвета. Положите салями, ветчину, измельченную зелень петрушки и все немного обжарьте, постоянно помешивая.

Затем добавьте рис и воду, в которой он варился, и перемешайте. Полученную массу уложите в форму и сбрызните оливковым маслом. Запекайте в духовке 15–20 минут при температуре 200 °C.

Запеканка под соусом с копченой ветчиной и картофелем «Руссо туристо»

✓150 г копченой ветчины
✓1 кг картофеля
✓2 стакана томатного или любого белого соуса
✓сливочное масло, сыр и соль – по вкусу

Картофель сварите, нарежьте ломтиками (или нарежьте брусочками и обжарьте) и половину уложите в смазанную сливочным маслом форму. Ветчину мелко нарежьте, положите поверх картофеля, затем – оставшийся картофель.

Влейте в форму соус, посыпьте все тертым сыром и разложите кусочки масла. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Запеканка с колбасой, цветной капустой, морковью, яйцами, молоком и кукурузными хлопьями «Американская мечта»

✓400 г любой колбасы
✓600 г цветной капусты
✓6–7 шт. моркови
✓200 г кукурузных хлопьев
✓2 стакана молока
✓3 яйца
✓4 ст. ложки тертого сыра
✓1 пучок петрушки
✓растительное и сливочное масло и соль – по вкусу

Морковь нарежьте кубиками, цветную капусту разберите на соцветия. Морковь немного обжарьте на растительном масле, добавьте капусту и потушите все под крышкой до полуготовности. Затем всыпьте кукурузные хлопья и влейте молоко. Полученную массу потушите на слабом огне до загустения и уложите в смазанную растительным маслом форму.

Колбасу нарежьте кружками, смешайте с взбитыми яйцами и сыром, разложите поверх массы, посыпьте измельченной зеленью петрушки и положите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Рагу с сосисками, беконом, картофелем, бульоном и луком «По-дублински. Любимое блюдо Джонатана Свифта»

✓500 г сосисок
✓250 г бекона
✓6 картофелин
✓ *2*луковицы
✓300 мл мясного бульона
✓перец и соль – по вкусу

Бекон нарежьте кубиками. Доведите до кипения бульон, положите в него сосиски, бекон и поварите все 5 минут на слабом огне под крышкой. Переложите сосиски и бекон в другую емкость. Каждую сосиску разрежьте на 5 частей.

Картофель нарежьте тонкими ломтиками, лук – кольцами. В сотейник уложите слоями, чередуя, картофель, лук и бекон. Последним слоем уложите картофель. Залейте все бульоном, посолите, поперчите и потушите около 1 часа на слабом огне под крышкой. За 10 минут до окончания тушения добавьте сосиски и все перемешайте. Подавайте немедленно.

Рагу с венскими сосисками, картофелем, помидорами, сладким перцем, сыром, чесноком и майонезом «Австро-Венгерское»

✓2–3 венские сосиски
✓6–7 средних по величине картофелин
✓1 крупный помидор
✓1 шт. сладкого перца
✓1 шт. моркови
✓100–150 г любого тертого сыра
✓1 луковица
✓4–5 зубчиков чеснока
✓4 ст. ложки майонеза
✓1 ст. ложка приправы для овощей
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Лук тонко нашинкуйте и обжарьте на сливочном масле. Добавьте нарезанные дольками помидоры и потушите до полуготовности. Картофель и морковь нарежьте кружками, сосиски – кусочками, положите все к помидорам и луку, посолите, поперчите, посыпьте приправой, разложите кусочки сливочного масла и потушите под крышкой до готовности.

Чеснок пропустите через пресс и смешайте с майонезом и тертым сыром. Полученный соус добавьте в готовое блюдо и все тщательно перемешайте. Подавайте немедленно.

Рагу под томатным соусом с охотничьими колбасками, горохом нут, картофелем, луком,

чесноком и базиликом «Диковинное»

✓5 охотничьих колбасок
✓1 стакан гороха нут
✓5 средних по величине картофелин
✓250 г протертых помидоров
✓1 луковица
✓2 зубчика чеснока
✓ 2ч. ложки сушеного базилика
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Горох нут замочите на ночь, затем поварите в подсоленной воде около 1 часа до готовности. Картофель нарежьте ломтиками и поварите в подсоленной воде ID-15 минут. Охотничьи колбаски нарежьте кружками. Лук мелко нашинкуйте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Затем положите колбаски и обжарьте все в течение 4–5 минут.

К обжаренным колбаскам и луку добавьте готовый картофель и горох нут. Все тщательно перемешайте, положите протертые помидоры, пропущенный через пресс чеснок и базилик. Посолите, поперчите, влейте 1 стакан воды и потушите еще 5 минут.

Запеченное рагу с баварскими сосисками, кабачками, помидорами, сладким перцем, морковью, зеленью и майонезом «Мюнхенское»

✓2 баварские сосиски
✓300–400 г кабачков
✓2–3 помидора
✓1 шт. сладкого зеленого перца
✓1 шт. моркови
✓150 г нежирного майонеза
✓любая зелень, зеленый лук, перец и соль – по вкусу

Кабачки очистите от кожицы, семян и вместе с помидорами нарежьте кубиками со стороной 2 см. Морковь натрите на крупной терке, сладкий перец очень мелко нарежьте или натрите на терке. Сосиски нарежьте максимально мелко.

В форму (без масла!) уложите слоями, посолив и поперчив каждый слой, кабачки, морковь, сладкий перец, сосиски и помидоры. Влейте немного воды и полейте майонезом. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 240 °С. Подавайте как самостоятельное блюдо, посыпав измельченным зеленым луком, или с рисом.

Рагу с полукопченой колбасой, картофелем,

кабачками, помидорами, сладким перцем, морковью, луком и чесноком «По-саксонски»

✓200 г полукопченой колбасы
✓3 средние по величине картофелины
✓2 небольших кабачка
✓ 2помидора
✓1 шт. сладкого перца
✓ 2шт. моркови
✓1–2 луковицы
✓растительное масло, чеснок, любые сушеные травы, перец и соль – по вкусу

Картофель, кабачки, морковь и колбасу нарежьте полукружиями. Помидоры и сладкий перец нарежьте крупными кубиками, чеснок нарубите, лук тонко нашинкуйте. В сотейник налейте немного растительного масла и обжарьте чеснок. Положите к нему картофель и обжарьте на сильном огне в течение 2 минут, постоянно помешивая. Затем добавьте морковь и обжарьте все еще 2 минуты.

Положите колбасу и обжарьте до вытапливания жира. Затем добавьте кабачки, немного все обжарьте, помешивая, и положите сладкий перец. Последними уложите помидоры, посолите, поперчите, накройте крышкой и потушите 30–40 минут на слабом огне, не перемешивая. За 5 минут до готовности добавьте сушеные травы и перемешайте.

Рагу под томатным соусом со свиной рулькой, сардельками, луком, сладким перцем, оливками, яблоками, зеленым горошком и рисом «Шнеллер-шнеллер»

✓200–300 г варено-копченой свиной рульки
✓2–3 сардельки
✓2–3 зеленых яблока
✓1–2 шт. сладкого перца
✓1–2 луковицы
✓5–6 ст. ложек консервированного зеленого горошка
✓ $^{1}/_{2}$банки оливок без косточек
✓4–5 ст. ложек томатного соуса
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Свиную рульку и сардельки нарежьте кусочками и слегка обжарьте по отдельности в небольшом количестве растительного масла. Лук нашинкуйте и обжарьте до легкого зарумянивания.

Сладкий перец очистите от семян, нарежьте брусочками и слегка обжарьте. Яблоки очистите от сердцевины и нарежьте ломтиками.

Свиную рульку, лук и сладкий перец потушите под крышкой почти до готовности в небольшом количестве растительного масла с добавлением воды. Затем положите сардельки, зеленый горошек, оливки, томатный соус, яблоки, посолите, поперчите и потушите все 10 минут. Подавайте с рисом.

Блюда с птицей

С курицей

Рагу с курицей, острой колбасой, перцем-ассорти, чесноком, луком, рисом и зеленым луком «Гамбо по-луизиански»

✓1 кг курятины
✓300 г острой колбасы
✓900 г вареного риса
✓1 шт. сладкого зеленого перца
✓1 луковица
✓3–4 зубчика чеснока
✓1 л горячей воды
✓6 ст. ложек муки
✓6 ст. ложек растительного масла
✓ $^1/_2$ч. ложки черного молотого перца
✓красный молотый перец – на кончике ножа
✓зеленый лук и соль – по вкусу

Смешайте растительное масло, муку и разотрите до получения однородной смеси. Прогрейте ее в течение 5 минут на среднем огне, непрерывно помешивая. Затем уменьшите огонь и, помешивая, нагрейте еще в течение 15 минут. Смесь должна быть коричневого цвета. Положите в нее нарезанные лук, сладкий перец, чеснок, черный и красный перец. Поварите все 3–5 минут, пока овощи не станут мягкими.

Постепенно влейте горячую воду и добавьте мелко нарезанные кусочки курицы. Доведите до кипения, убавьте огонь и поварите 30 минут. Затем добавьте нарезанную ломтиками колбасу и поварите все еще 20 минут. Спустя это время слейте воду. Подавайте, уложив на горячий рис и посыпав измельченным зеленым луком.

Запеканка с маринованным куриным филе, картофелем, сладким перцем, сливками и чесноком «С чувством, с толком, с расстановкой»

✓600 г филе курицы
✓1 кг картофеля
✓1 шт. сладкого красного перца
✓1 луковица
✓2 зубчика чеснока
✓100 г любого тертого сыра

✓4 яйца
✓200 мл сливок
✓150 мл молока
✓ *2*ст. ложки растительного масла
✓ $^{1}/_{2}$ч. ложки перца
✓ 2 ч. ложки соли

Для маринада:

✓50 мл соевого соуса
✓50 мл лимонного сока (винного уксуса)
✓перец и соль – по вкусу

Филе курицы положите в маринад минимум на 2 часа. Для маринада смешайте соус, лимонный сок, соль и перец.

Картофель нарежьте толстыми ломтиками и сварите до полуготовности. Филе нарежьте полосками и обжарьте на растительном масле, если надо, посолив и поперчив его. Добавьте нашинкованный лук, измельченный чеснок, нарезанный брусочками сладкий перец. Обжарьте все в течение 5 минут, затем увеличьте огонь и обжарьте еще 2 минуты.

В смазанную маслом форму уложите картофель и поверх него подготовленное филе. Смешайте яйца, молоко, сливки, соль и перец. Полученную смесь влейте в форму и посыпьте все тертым сыром. Запекайте в духовке 35–40 минут при температуре 180 ˚С.

Рагу с куриным филе, ветчиной, сладким перцем и луком «Эмбалайя»

✓150 г куриного филе
✓100 г ветчины
✓1–2 луковицы
✓1 шт. сладкого перца
✓3 ст. ложки растительного масла
✓красный молотый перец и соль – по вкусу

Сладкий перец и лук нарежьте соломкой и обжарьте на растительном масле. Добавьте нарезанные брусочками куриное филе, ветчину и тщательно все обжарьте, посолив и поперчив. Подавайте с рассыпчатым рисом и острым томатным соусом.

Запеканка с куриным окорочком, кукурузой, картофелем, луком и сыром «По-студенчески»

✓1 замороженный куриный окорочок
✓1 банка консервированной кукурузы
✓4–5 картофелин
✓1–2 луковицы

✓ 100 г сыра
✓майонез – по вкусу

С замороженного окорочка ножом срежьте мякоть и уложите ее в форму с высокими бортиками. Сверху положите нарезанный кольцами лук и консервированную кукурузу. Затем разложите нарезанный кружками картофель.

Поверх картофеля посыпьте тертым сыром, слегка примните его влажными руками и смажьте майонезом. Запекайте в духовке около 30 минут при средней температуре.

Рагу в тыкве с куриным филе, беконом, луком, яблоками, шалфеем и корицей «Британское»

✓300 г вареного куриного филе
✓100–150 г бекона
✓1 тыква (1 кг 200 г)
✓1 луковица
✓1 красное яблоко
✓1 стакан яблочного сока
✓1 ч. ложка кукурузного крахмала
✓ 1/ 2ч. ложки сушеного шалфея
✓корица, перец и соль – по вкусу

Тыкву разрежьте пополам, удалите семена, немного мякоти, посолите, поперчите и уложите срезом вниз. Запекайте в микроволновой печи 20 минут на сильной мощности. Бекон нарежьте полосками, лук – тонкими полукольцами и обжарьте все до золотистого цвета.

Смешайте яблочный сок с крахмалом и влейте в сковороду с беконом. Положите нарезанные дольками яблоки и потушите, помешивая, до загустения. Затем добавьте шалфей, корицу, посолите и все перемешайте. Положите в половинки тыквы куриное филе, бекон с луком и яблоками. Подавайте блюдо горячим.

Запеканка с куриными грудками, красным луком, рисом, яйцами, молоком, сыром и кинзой «Вах!»

✓1 1/ 2стакана измельченных куриных грудок
✓ 1/ 2стакана рубленого красного лука
✓2 стакана вареного риса
✓2 1/ 2стакана любого тертого сыра
✓ 1/ 4стакана рубленой кинзы
✓300–350 мл концентрированного молока
✓ *2*яйца

✓ *2*ст. ложки размягченного сливочного масла

✓1 ст. ложка измельченного острого перца ✓любая зелень и соль – по вкусу

Смешайте куриное мясо, 2 стакана тертого сыра, рис, лук, взбитые яйца, кинзу, полторы столовые ложки сливочного масла, молоко и острый перец. Полученную массу посолите, тщательно перемешайте и уложите в смазанную оставшимся маслом форму.

Запекайте в духовке около 50 минут при температуре 180 °С. Подавайте, посыпав оставшимся тертым сыром и любой измельченной зеленью.

Рагу с куриными грудками, кабачками, картофелем, капустой, сладким перцем, помидорами, чесноком и майонезом «Истоминское»

✓800 г куриных грудок
✓1–2 небольших кабачка
✓3–4 картофелины
✓300 г капусты
✓1–2 шт. сладкого перца
✓3 помидора
✓1 шт. моркови
✓1–2 луковицы
✓3–4 зубчика чеснока
✓100 г майонеза
✓100 г сливочного масла
✓растительное масло, любая зелень, специи для курицы, перец и соль – по вкусу

Куриные грудки освободите от костей и нарежьте порционными кусками. Лук нарежьте полукольцами, каждый зубчик чеснока разрежьте на 3–4 части. Курицу обжарьте на растительном масле, добавьте соль, перец и специи для курицы.

В казан или высокий сотейник уложите слоями, посолив и поперчив каждый слой, сначала курицу вместе с образовавшимся соусом. Затем положите лук и чеснок. Поверх уложите слой моркови, нарезанной полукружиями, и картофель, нарезанный кружками толщиной полсантиметра.

Затем положите капусту, нарезанную крупными кусками и разобранную на пластины. Поверх уложите слой сладкого перца, нарезанного крупными кубиками, и кабачки, нарезанные полукружиями.

Последним слоем положите помидоры, нарезанные толстыми кружками. Полейте все майонезом и разложите кусочки сливочного масла. Потушите под крышкой до готовности на

слабом огне. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Запеканка с куриным филе, яблоками, медом, вином, имбирем и кунжутной нугой «Буржуа»

✓6 кусков филе курицы
✓2 яблока
✓3 ст. ложки меда
✓100 мл сухого белого вина
✓ *2*ст. ложки соевого соуса
✓1 ст. ложка винного уксуса
✓ *2*ст. ложки тертого имбиря
✓1–2 ст. ложки сливочного масла
✓ *2*ст. ложки оливкового масла
✓ $^{1}/_{2}$ч. ложки красного перца
✓черный перец и соль – по вкусу

Для обсыпки:

✓50 г кунжутной нуги (сбивная конфетная масса с добавлениями различных орехов, цукатов и изюма)
✓ 50 г панировочных сухарей

Филе нарежьте ломтиками. Яблоки очистите от кожуры, сердцевины и нарежьте кубиками. Филе и яблоки обжарьте на оливковом масле в течение 5 минут.

Смешайте мед, уксус, соевый соус, красный перец, вино, соль и черный перец. Полученный соус добавьте к филе с яблоками и прогрейте смесь 5 минут на слабом огне. Для обсыпки нугу измельчите в блендере и смешайте с панировочными сухарями.

Филе с яблоками и соусом уложите в смазанную сливочным маслом форму и посыпьте подготовленной смесью из нуги и сухарей. Запекайте в духовке до готовности при температуре 180 ˚С. Подавайте в горячем виде с компотом из сухофруктов.

Рагу с куриным филе, картофелем, тыквой, зеленым горошком, кукурузой, сладким перцем, петрушкой и прованскими травами «Транснациональное»

✓300 г куриного филе
✓10–12 картофелин
✓300 г тыквы
✓100–200 г замороженной «Мексиканской смеси» (зеленый горошек, кукуруза, морковь)
✓2–3 луковицы
✓1 шт. сладкого перца
✓4–5 ст. ложек томатной пасты

✓зелень петрушки, сушеная смесь «Прованские травы» и соль – по вкусу

Куриное филе нарежьте небольшими кусочками, тыкву натрите на мелкой терке. Лук мелко нарежьте, картофель нарежьте небольшими кусочками. Смешайте все подготовленные продукты, посолите, добавьте сушеную смесь и залейте небольшим количеством кипятка (около 2 стаканов).

Поварите все 10 минут, затем положите томатную пасту, слив по желанию лишнюю жидкость. Затем добавьте «Мексиканскую смесь», мелко нарезанный сладкий перец, рубленую зелень петрушки и поварите все еще 15–20 минут.

Запеканка с курицей, картофельным пюре, молоком, сладким перцем, луком и чесноком «Генеральская»»

✓1 небольшая вареная или приготовленная на гриле курица
✓9-10 картофелин
✓ *2*шт. сладкого красного перца
✓ *2*шт. сладкого желтого перца
✓ *2*луковицы
✓ *2*зубчика чеснока
✓80 г сливочного масла
✓600 мл молока
✓ *2*ст. ложки муки
✓4 ст. ложки мягкого сливочного сыра
✓1 ч. ложка молотой паприки
✓1 ч. ложка соли
✓ $^1/_4$ч. ложки перца
✓1 ст. ложка сливочного масла
✓растительное масло – по вкусу

Курицу освободите от кожи и костей. Мякоть нарежьте небольшими кусочками и уложите в смазанную маслом форму. Картофель сварите в подсоленной воде и приготовьте из него пюре. Чеснок пропустите через пресс, нашинкуйте лук и сладкий перец и обжарьте все в течение 10 минут на растительном масле.

Отдельно растопите сливочное масло, всыпьте муку, слегка ее обжарьте и небольшими порциями влейте молоко. Сыр разотрите до однородной массы, добавьте к полученной смеси, посолите, поперчите и всыпьте молотую паприку.

Затем добавьте обжаренные чеснок, лук, сладкий перец, тщательно перемешайте полученный соус и влейте его в форму. Поверх него разложите картофельное пюре и кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке около 30 минут при температуре 200 ˚С.

Запеканка с курицей, грибами, сыром и кабачками под соусом «Аллюр»

✓500 г вареной курицы
✓150 г любых сушеных грибов
✓300 г кабачков
✓любой тертый сыр, растительное масло и соль – по вкусу
Для соуса:
✓2 ст. ложки сливочного масла
✓1 ст. ложка муки
✓1 стакан куриного бульона
✓4–5 ст. ложек сливок 20 %-ной жирности
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Грибы на несколько часов залейте молоком или водой, затем откиньте на дуршлаг и дайте жидкости стечь. Подготовленные грибы нарежьте кусочками и обжарьте на растительном масле. Куриное мясо нарежьте мелкими кусочками. Кабачки нарежьте кубиками, обжарьте до мягкости и посолите.

Курятину, кабачки, грибы уложите в форму, влейте соус и обильно посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке около 20 минут при температуре 180 ˚С.

Для соуса растопите на сковороде сливочное масло, всыпьте муку и обжарьте ее, помешивая, до светлокремового цвета. Затем, быстро помешивая, влейте бульон, сливки, посолите и поперчите полученный соус.

Рагу с куриной голенью, колбасками, свиной грудинкой, картофелем, фасолью, тыквой, зеленым горошком, чесноком и оливками «Обольщающее»

✓400 г некрупной куриной голени
✓300 г колбасок и/или купат
✓50 г свиной грудинки
✓ *2*картофелины
✓100 г тыквы (свежей или консервированной)
✓2–3 ст. ложки вареной фасоли
✓50 г консервированного зеленого горошка
✓2–3 зубчика чеснока
✓50 г оливок без косточек
✓200 мл бульона
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓растительное масло, сахар, перец и соль – по вкусу

Куриную голень посолите, поперчите и обжарьте на

растительном масле до полуготовности. Колбаски нарежьте кусочками длиной 5–7 см, грудинку – мелкими кусочками и обжарьте все после голени. Затем обжарьте до полуготовности нарезанный кубиками картофель.

Смешайте все подготовленные продукты, добавьте томатную пасту, сахар, измельченный чеснок, влейте бульон и потушите все 10–15 минут. Затем положите нарезанную кубиками тыкву, фасоль, зеленый горошек и потушите еще 5—10 минут после закипания. Добавьте оливки, доведите до кипения и снимите с огня.

Запеканка с куриными грудками, лисичками, сметаной и эстрагоном «Министерская»

✓6 кусков филе куриных грудок
✓150 г лисичек
✓500 г сметаны
✓1 пучок эстрагона
✓1 яйцо
✓4 желтка
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Лисички потушите в небольшом количестве сливочного масла и остудите. Два куска куриного филе обжарьте, остальное мясо пропустите через мясорубку, посолите и поперчите. Добавьте в фарш яйцо, желтки, сметану, мелко нарезанную зелень эстрагона, тушеные лисички и тщательно перемешайте. Полученную массу поместите на 1 час в холодильник.

В смазанную сливочным маслом форму уложите половину подготовленного фарша с лисичками. Поверх него положите нарезанное кусочками обжаренное филе, накройте оставшимся фаршем и поместите форму на водяную баню. Запекайте в духовке 45 минут при температуре 180 ˚С. Затем уменьшите огонь до 120 ˚С и запекайте еще 30 минут.

Рагу с куриной голенью, фасолью, зеленым горошком, фруктами, перцем чили и вином «По-доминикански»

✓400 г некрупной куриной голени
✓2 стакана вареной фасоли
✓ 100 г зеленого горошка (замороженного или свежего)
✓100 г манго и/или персиков (можно консервированных)
✓100 мл сухого белого вина (50 мл рома)
✓ $^1/_2$шт. красного перца чили
✓150–200 мл воды (бульона)

✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Куриную голень посолите, поперчите и обжарьте на растительном масле до образования румяной корочки на сильном огне. Затем уменьшите огонь, добавьте нарезанный перец чили, влейте вино (ром), воду (бульон) и потушите все 20–25 минут. Спустя это время положите фасоль, зеленый горошек, кусочки манго (персиков), доведите до кипения и потушите еще 5-10 минут.

Рагу с куриным филе, тыквой, пекинской капустой, луком, сметаной, сливками и соевым соусом «Китайское нашествие»

✓500 г куриного филе
✓500 г мякоти тыквы
✓150 г пекинской капусты
✓1 луковица
✓200 г сметаны
✓100 мл сливок
✓1 ст. ложка соевого соуса
✓1 ч. ложка лимонного сока
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Куриное филе нарежьте ломтиками и обжарьте на растительном масле до образования румяной корочки на сильном огне. Тыкву нарежьте кубиками со стороной 2 см, лук измельчите, пекинскую капусту нашинкуйте.

Лук обжарьте до золотистого цвета, добавьте тыкву, затем положите капусту, курицу и потушите все до мягкости овощей. Затем добавьте сливки, сметану, перец, соль, лимонный сок и соевый соус. Все тщательно перемешайте и потушите до готовности.

Запеканка с куриными грудками, айвой, луком и майонезом «Каприз красотки»

✓3 куриные грудки
✓2 шт. айвы
✓2 луковицы
✓3 ст. ложки майонеза
✓ *4*ч. ложки панировочных сухарей
✓1 ч. ложка перца
✓1–1 $^{1}/_{2}$ч. ложки соли

Лук мелко нарежьте и потушите в растительном масле на слабом огне до мягкости, не давая зарумяниться. Айву очистите

от кожуры, сердцевины, нарежьте кубиками, положите к луку и перемешайте. Влейте немного воды, накройте крышкой, убавьте огонь до минимума и потушите смесь 15–20 минут до размягчения айвы.

Куриные грудки освободите от кожи, костей и нарежьте небольшими кусочками. Снимите с огня лук и айву, положите к ним курятину, посолите, поперчите и смешайте с майонезом.

Полученную массу уложите в форму, разровняйте, посыпьте сухарями и накройте фольгой. Запекайте в духовке 40–50 минут при температуре 180 °C.

Рагу в горшочках с куриными грудками, гречневой кашей, квашеной капустой, овощами-ассорти, сметаной и томатным соусом «Молодецкое»

✓1 крупная куриная грудка
✓500 г гречневой крупы
✓400 г квашеной капусты
✓1 упаковка замороженных овощей (цветная капуста, лук, сладкий перец, морковь, зеленый горошек)
✓1 луковица
✓5 ст. ложек сметаны
✓5 ст. ложек томатного соуса
✓любые специи, лавровый лист, перец и соль – по вкусу

Куриную грудку сварите в подсоленной воде до готовности, остудите и разберите руками на кусочки. Гречневую крупу сварите в подсоленной воде до готовности (1 часть крупы на 2 части воды).

Мясо и гречневую кашу разложите в горшочки, добавьте замороженные овощи, нарезанный полукольцами лук и квашеную капусту.

Затем разложите специи, посолите, добавьте лавровый лист, сметану и томатный соус. В каждый горшочек влейте немного воды и все перемешайте. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеканка с куриным филе, соусом чили, рисом, сливками, луком-пореем и ананасами «Пуэрториканка»

✓400 г филе курицы
✓150 г длиннозерного риса
✓1 небольшая банка консервированных ананасов

✓1 стебель лука-порея
✓200 мл сливок
✓ 100 г соуса чили
✓300 мл воды
✓100 мл бульона (можно из бульонного кубика)
✓ $^1/_2$ч. ложки перца
✓1 ч. ложка соли
✓растительное масло – по вкусу

Филе нарежьте полосками и обжарьте до образования золотистой корочки. Затем добавьте нарезанный лук-порей, посолите, поперчите и обжарьте все до мягкости.

В смазанную растительным маслом форму уложите курицу с луком-пореем, поверх – ананасы (сироп сохраните) и рис. Смешайте бульон, сливки, сироп из-под ананасов, соус чили и влейте смесь в форму. Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре. Подавайте с салатом из овощей и зелени.

Запеканка с куриными грудками, пекинской капустой, яйцами и сливочным маслом «Завтрак адвоката»

✓500 г филе куриных грудок
✓200 г пекинской капусты
✓2 яйца
✓100 г сливочного масла
✓соль – по вкусу

Куриное филе тщательно отбейте деревянным молотком, постепенно подкладывая на мясо кусочки сливочного масла. Пекинскую капусту мелко нарежьте, залейте яйцами, взбейте венчиком в пышную массу и посолите.

Подготовленное филе уложите в форму и залейте яично-овощной смесью. Запекайте в духовке 20 минут при средней температуре. Подавайте с чесночным соусом, зеленью укропа и листьями салата.

Запеканка с куриным филе, овощным ассорти, рисом, сыром, сливками, абрикосами, имбирем и карри «Обед прокурора»

✓500 г куриного филе
✓1 упаковка замороженных овощей «Рататуй» (лук, сладкий перец, помидоры, кабачки)
✓300 г риса
✓1 банка консервированных абрикосов (450 г)
✓200 мл жирных сливок

✓1 1/2ст. ложки муки
✓ 1/2ч. ложки карри
✓ 1/4ч. ложки молотого имбиря
✓любой тертый сыр, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Филе нарежьте полосками, обжарьте на растительном масле до образования золотистой корочки, посолите и поперчите. Рис сварите в подсоленной воде. В сковороде, где жарилось филе, обжарьте овощи. Затем положите нарезанные кусочками абрикосы. Всыпьте муку и все еще немного обжарьте.

Смесь посолите, поперчите, приправьте имбирем и карри. Влейте сливки, абрикосовый сок (примерно полстакана) и немного потушите. В смазанную растительным маслом форму уложите рис, поверх него – мясо, затем – смесь из овощей и абрикосов и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 20 минут при температуре 180–200 °С.

Запеканка с куриными грудками, шампиньонами, мускатным орехом, маслом и молоком «Ужин судьи»

✓600 г филе куриных грудок
✓500 г шампиньонов
✓500 мл молока
✓3–4 ст. ложки муки
✓100 г сливочного масла
✓мясной бульон, мускатный орех, панировочные сухари, перец и соль – по вкусу

Филе вымойте, обсушите и обжарьте по 7 минут с каждой стороны в 2 ст. ложках сливочного масла. Посолите, поперчите и нарежьте ломтиками поперек волокон. Подготовленное филе уложите в форму.

Грибы оботрите влажным полотенцем, нарежьте ломтиками, потушите 5–6 минут в сливочном масле и уложите поверх филе. Разогрейте оставшееся масло и подрумяньте в нем муку. Разведите ее молоком и бульоном, добавьте мускатный орех, соль и перец. Полученным соусом залейте грибы с курятиной и посыпьте панировочными сухарями. Запекайте в духовке 10 минут при температуре 220 °С. Подавайте с вареным картофелем или клецками.

Запеканка с куриным филе, рисом, сладким перцем, луком, сыром, сливками, ананасами и персиками «Знойная»

✓500 г куриного филе
✓300 г длиннозерного риса
✓2 шт. сладкого красного перца
✓1 небольшая банка консервированных ананасов
✓1 большая банка консервированных персиков
✓2 луковицы
✓200 г сыра с плесенью
✓500 мл сливок
✓1 ч. ложка карри
✓1 ч. ложка перца
✓1 $^{1}/_{2}$ч. ложки соли
✓растительное масло – по вкусу

Лук нашинкуйте, филе нарежьте небольшими кусочками, сладкий перец – полосками. Консервированные фрукты нарежьте небольшими кусочками. Рис сварите до полуготовности и смешайте со всеми подготовленными продуктами.

Полученную массу посолите, поперчите, добавьте карри, все тщательно перемешайте, уложите в смазанную растительным маслом форму и посыпьте измельченным сыром. Смешайте сливки, сок из-под фруктов и влейте смесь в форму. Запекайте в духовке около 1 часа 30 минут при температуре 150 ˚С.

С индейкой, уткой и субпродуктами

Рагу с филе индейки, молодым картофелем, цукини, морковью, сладким перцем, томатным соком и приправами «Гваделупское»

✓500 г филе индейки
✓500 г молодого мелкого картофеля
✓500 г цукини
✓1 шт. крупной моркови
✓2 шт. сладкого красного перца
✓3 луковицы
✓1 стакан томатного сока
✓2 лавровых листа
✓100 г топленого масла
✓соевый соус, любые приправы и соль – по вкусу

Филе индейки нарежьте небольшими кусочками поперек волокон, залейте соевым соусом, перемешайте и оставьте на 20–30 минут. В казане (глубокой толстостенной кастрюле) разогрейте топленое масло и порциями обжарьте подготовленную индейку.

Картофель тщательно вымойте и сварите в подсоленной воде до полуготовности. Цукини нарежьте брусочками, морковь и лук нашинкуйте. В казане, где обжаривалась индейка, обжарьте морковь и лук. Затем добавьте индейку, нарезанный кусочками сладкий перец и лавровый лист.

Влейте томатный сок, посолите, посыпьте приправами и потушите все около 15 минут. Спустя это время положите цукини и потушите 5–7 минут. Добавьте подготовленный картофель и потушите все еще 10 минут.

Запеканка с филе индейки, рисом, сладким перцем, помидорами, луком, сметаной, сыром и майонезом «Госпожа министерша»

✓400 г филе индейки
✓1 $^{3}/_{4}$стакана риса
✓ *2*шт. сладкого перца
✓2 помидора
✓ *2*луковицы
✓100 г майонеза
✓100 г сметаны

✓ *2*яйца
✓150 г тертого сыра
✓500 мл воды
✓любая зелень, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Филе индейки, сладкий перец мелко нарежьте, лук нашинкуйте и обжарьте все в течение 5 минут. Затем положите рис, тщательно перемешайте смесь, влейте воду, посолите, поперчите и потушите под крышкой до готовности на слабом огне.

Остывшую смесь смешайте со сметаной, майонезом, взбитыми яйцами и частью сыра. Полученную массу уложите в форму, разложите нарезанные кружками помидоры, посыпьте измельченной зеленью и оставшимся сыром. Запекайте в духовке около 15 минут при температуре 200 °С.

Запеканка с филе индейки, шампиньонами, картофелем, морковью, луком и сливками «Пенсильванская»

✓500 г филе индейки
✓500 г шампиньонов
✓7–8 картофелин
✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓500 мл сливок 10 %-ной жирности
✓1 яйцо
✓любой тертый сыр, растительное масло, любая зелень, пряности и соль – по вкусу

Филе нарежьте маленькими кусочками, обжарьте в небольшом количестве растительного масла с нашинкованным луком, натертой на крупной терке морковью и пряностями. Картофель и шампиньоны нарежьте тонкими пластинками.

В смазанную растительным маслом форму уложите слоями индейку, картофель и шампиньоны. Взбейте яйцо, смешайте его со сливками, посолите, приправьте пряностями, влейте смесь в форму и посыпьте все тертым сыром. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу с уткой, картофелем, квашеной капустой, черносливом, курагой, чесноком и зеленым луком «Муромское»

✓1 кг утиного мяса (шеи, крылья, печень, сердце, желудок)
✓1 кг картофеля
✓1 шт. моркови
✓150 г квашеной капусты
✓100 г чернослива без косточек
✓ 100 г кураги
✓2 луковицы
✓ *2*зубчика чеснока
✓3 лавровых листа
✓растительное масло, зеленый лук, любая зелень, перец и соль – по вкусу

Утиное мясо обжарьте, помешивая, в течение 10 минут на растительном масле в казане или утятнице на сильном огне. Затем влейте столько горячей воды, чтобы она покрывала мясо на 2 пальца, посолите и поперчите.

Накройте крышкой, потушите 30 минут на среднем огне и извлеките из полученного бульона. Отделите мясо от костей и нарежьте вместе с печенью, сердцем и желудком.

Квашеную капусту отдельно залейте небольшим количеством холодной воды и поварите под крышкой на слабом огне до готовности. Картофель и морковь нарежьте кружками, лук – полукольцами. Картофель поварите 3 минуты в бульоне, добавьте морковь и поварите все до полуготовности картофеля. Положите лук и, когда картофель будет почти готов, добавьте нарезанные курагу, чернослив и чеснок.

Поварите все 5 минут, добавьте квашеную капусту и поварите еще 3 минуты. Положите лавровый лист, крупно нарезанный зеленый лук, мясо, дайте закипеть и снимите с огня. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу с уткой, картофелем, морковью, луком, томатной пастой, сметаной и петрушкой «Добрынинское»

✓600 г утиного мяса
✓3–4 картофелины
✓1–2 шт. моркови
✓1–2 луковицы
✓50 г сметаны
✓3 ст. ложки томатной пасты
✓100 г сливочного масла
✓зелень петрушки, лавровый лист, гвоздика, корица, перец и соль – по вкусу

Мясо утки разрубите на кусочки, посолите, обжарьте в сотейнике на части сливочного масла до золотистого цвета и

потушите 30–40 минут. Картофель нарежьте дольками и обжарьте на части сливочного масла. Морковь, лук тонко нашинкуйте и обжарьте на оставшемся масле.

Обжаренные овощи положите к утке вместе с пряностями, влейте полстакана воды и потушите в духовке почти до готовности. В конце тушения добавьте сметану, смешанную с томатной пастой, и потушите еще 10–15 минут. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Рагу с филе утки, апельсинами, миндалем, кинзой, зеленым луком и соусом чили «Вальпараисо»

✓900 г филе утки
✓2 апельсина
✓ 50 г очищенного миндаля
✓250 мл апельсинного сока
✓3 ст. ложки сахара
✓ *2*ст. ложки яблочного уксуса
✓ 2 ч. ложки крахмала
✓1 ч. ложка соуса чили
✓1 пучок кинзы
✓зеленый лук, перец и соль – по вкусу

У филе утки отделите мясо от кожи. Кожу мелко нарежьте и вытопите жир. Мясо нарежьте и порциями обжарьте в топленом жире. Снимите со сковороды и положите в дуршлаг.

Зеленый лук нарежьте кусочками длиной 2–3 см, слегка обжарьте в жире и снимите со сковороды. Апельсины очистите от кожуры и нарежьте небольшими кусочками. Миндаль обжарьте на сухой сковороде.

Смешайте апельсинный сок, соус чили, уксус и крахмал. Полученную смесь тщательно перемешайте. Сахар распустите в сковороде с жиром, доведите до получения карамели, залейте смесью, доведите до кипения, посолите и поперчите. Положите мясо, лук, апельсины и все немного потушите. Подавайте, посыпав миндалем и измельченной зеленью кинзы.

Рагу с птичьими потрохами, картофелем, морковью, луком, томатной пастой, бульоном и зеленью «Иваньковское»

✓500 г птичьих потрохов
✓600 г картофеля
✓2 шт. моркови
✓1 луковица

✓1 корень петрушки
✓ 1/ 2стакана томатной пасты
✓ 2стакана бульона (воды)
✓1 ст. ложка муки
✓растительное масло, зелень петрушки, перец и соль – по вкусу

Тщательно промытые потроха посолите и обжарьте на растительном масле. Затем потроха посыпьте мукой, обжарьте еще в течение нескольких минут и переложите в кастрюлю. Залейте бульоном или водой, добавьте томатную пасту и потушите под крышкой на слабом огне.

За 30 минут до готовности добавьте нарезанные ломтиками и обжаренные на растительном масле картофель, морковь, лук и корень петрушки. Подавайте, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Запеканка с куриными потрохами, рисом, луком и салом «Плотная трапеза»

✓300–400 г куриных потрохов
✓ 1/ 2стакана риса
✓1 луковица
✓50 г сала
✓1 яйцо
✓1 стакан молока
✓любой тертый сыр, растительное масло, маргарин, перец и соль – по вкусу

Сало нарежьте кусочками и подрумяньте. Обжарьте на нем лук и мелко рубленные куриные потроха: сначала желудки, затем сердце и в последнюю очередь печень. Смесь посолите, поперчите, добавьте немного горячей воды и потушите до готовности.

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Смешайте рис с подготовленными потрохами. Смесь уложите в смазанную растительным маслом форму, залейте взбитым с молоком яйцом, посыпьте тертым сыром и поверх разложите кусочки маргарина.

Запекайте в духовке 10–15 минут при минимальной температуре. Подавайте с кисло-сладким салатом из тыквы, брусники или моркови с клюквой.

Рагу с куриными желудками, капустой, морковью, луком, тмином, паприкой и зеленью «Краковское»

✓500 г куриных желудков
✓ 1/ 2кочана капусты
✓ 2шт. сладкого перца
✓2 шт. моркови
✓1 луковица
✓1–2 ч. ложки тмина
✓1 пучок любой зелени
✓растительное масло, паприка и соль – по вкусу

Очищенные куриные желудки разрежьте каждый на 2–3 части, залейте холодной водой, посолите и сварите до готовности, сохранив полученный бульон. Морковь натрите на крупной терке. Лук нарежьте тонкими кольцами и быстро обжарьте на растительном масле до золотистого оттенка. Добавьте морковь и обжарьте все, помешивая, 1–2 минуты.

Капусту нарежьте квадратиками со стороной 2 см. Сладкий перец очистите от семян и нарежьте полосками. В кастрюле с толстым дном разогрейте немного масла, положите капусту и быстро обжарьте.

Влейте полстакана бульона, в котором варились куриные желудки, добавьте сладкий перец и обжаренные овощи. Посыпьте все паприкой, тмином и потушите 5–7 минут. Затем добавьте вареные желудки, влейте, если нужно, немного бульона и потушите вес до готовности капусты.

Рагу с куриной печенью, баклажанами, кабачками, помидорами, сладким перцем, чесноком, петрушкой и рисом «Боярское»

✓400 г куриной печени
✓ 2средних по величине баклажана
✓1 средний по величине кабачок
✓5–6 небольших помидоров
✓3 шт. сладкого перца
✓ 2луковицы
✓5 зубчиков чеснока
✓ 3/ 4стакана риса
✓1 пучок петрушки
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Куриную печень нарежьте кусочками, уложите в глубокий сотейник, посолите, поперчите, добавьте 2–3 ст. ложки растительного масла, немного воды и потушите 3–4 минуты.

Баклажаны нарежьте кружками (полукружиями), положите поверх печени, немного посолите и поперчите.

Затем положите мелко нарезанный лук, поверх него –

половину нормы промытого риса. Следующим слоем уложите нарезанный тонкой соломкой сладкий перец, слегка посолив и поперчив. Поверх перца разложите оставшийся рис. Затем положите нарезанные тонкими пластинками кабачки. Поверх уложите помидоры, разрезанные пополам или на 4 части, срезом вниз.

Посыпьте все чесноком, нарезанным тонкими ломтиками, полейте растительным маслом, влейте немного горячей воды, посолите и поперчите. Посыпьте рубленой зеленью петрушки, накройте сотейник крышкой и потушите содержимое на слабом огне 25–30 минут, не перемешивая. Спустя 20–25 минут проверьте, есть ли на дне жидкость, и при ее наличии подержите блюдо еще немного на огне без крышки.

Рагу с куриными сердечками, кабачками, помидорами и луком «Скоморошинское»

✓500 г куриных сердечек
✓2–3 средних по величине кабачка
✓3 средних по величине помидора
✓1–2 луковицы
✓растительное масло, любые специи, перец и соль – по вкусу

Куриные сердечки поварите в подсоленной воде почти до готовности, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. Лук нашинкуйте, обжарьте на растительном масле до золотистого цвета, добавьте сердечки и обжарьте все 2–3 минуты на среднем огне.

Кабачки нарежьте ломтиками и уложите поверх сердечек. Помидоры нарежьте дольками, разложите поверх кабачков, посолите, поперчите и добавьте специи. Накройте крышкой и потушите все 15 минут на слабом огне. Затем снимите крышку, увеличьте огонь и, помешивая, доведите до готовности в течение 20 минут.

Запеканка с печенью птицы, рисом, луком, сыром и майонезом «С милым рай и в шалаше»

✓500 г печени любой птицы
✓200 г риса
✓3–4 луковицы
✓растительное масло, сыр, майонез, перец и соль – по вкусу

Сварите рассыпчатый рис в подсоленной воде. Печень нарежьте мелкими кусочками. Лук нарежьте кольцами, обжарьте на растительном масле и переложите в другую емкость.

Печень обжарьте, постоянно помешивая, в оставшемся масле на сильном огне. Затем уменьшите огонь, положите к печени лук, посолите, поперчите и все немного потушите.

В смазанную растительным маслом форму уложите половину риса, поверх него – печень с луком, затем – оставшийся рис. Поверхность разровняйте, обильно смажьте майонезом и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Запеканка с мясом птицы, сельдью, салом, морковью, луком, корнем петрушки, сыром и гренками под соусом «Все в ажуре»

✓500 г птичьих потрохов, крылышек, шей и т. п.
✓1 кусок филе сельди
✓150 г сала
✓2 шт. моркови
✓1 луковица
✓1 корень петрушки
✓1 стакан молотых сухарей
✓ *2*яйца
✓ *2*ст. ложки тертого сыра
✓гренки, растительное масло и перец – по вкусу

Для соуса:

✓1 стакан бульона
✓1 ст. ложка молотых сухарей
✓ *2*ст. ложки сметаны

Печень, желудки, сердце, крылышки, шеи птицы залейте водой, добавьте нарезанное кусочками сало, нашинкованные коренья и потушите под крышкой. Затем мясо охладите и отделите от костей. Мясо вместе с овощами, салом и вымоченной сельдью пропустите через мясорубку.

В полученную массу добавьте сухари, яйца, перец, тщательно перемешайте, при необходимости разбавьте бульоном и уложите в смазанную растительным маслом и посыпанную сухарями форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Готовую запеканку опрокиньте на мелкую тарелку, обложите гренками и отдельно подайте соус.

Для соуса сухари обжарьте на масле до золотистого цвета и разбавьте их процеженным бульоном, оставшимся от тушения мяса. Затем добавьте сметану и прокипятите смесь.

Блюда с рыбой и морепродуктами

Рыбные блюда

Запеканка с рыбой, курицей, креветками, грибами, зеленым горошком и ликером «Шалунья»

✓100 г любой рыбы
✓120 г курятины
✓8 креветок
✓4 ст. ложки любых измельченных консервированных грибов
✓50 г консервированного зеленого горошка
✓4 яйца
✓1 ст. ложка ликера
✓ 1/2ч. ложки соевого соуса
✓ 1/2ч. ложки соли

Смешайте нарезанное мелкими кусочками куриное мясо, очищенные от панциря креветки, мелко нарезанную рыбу, измельченные грибы и зеленый горошек. Полученную массу разложите в 4 огнеупорные формочки, залейте взбитыми яйцами, тщательно смешанными с соевым соусом и ликером, и посолите. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Рагу с белой рыбой, ананасами, сливками, лимоном и карри «Карибское»

✓400 г любой белой рыбы
✓ 1/2банки консервированных ананасов кольцами
✓150 мл сливок
✓сок 1/2лимона
✓ 1/2ч. ложки карри
✓перец и соль – по вкусу

С ананасов слейте сироп, сохранив его, и нарежьте кольца кусочками. Филе белой рыбы нарежьте ломтиками. Сироп смешайте с лимонным соком, посолите, поперчите и в полученной смеси выдержите 30 минут рыбу. Затем откиньте на дуршлаг и дайте стечь жидкости. Подготовленную рыбу залейте сливками и доведите до кипения.

На разогретой сковороде без масла слегка обжарьте ананасы, добавьте карри, перемешайте, накройте крышкой и потушите на слабом огне, при необходимости влив немного сливок. Добавьте рыбу, если нужно, посолите и потушите на слабом огне до тех пор, пока не выпарится лишняя жидкость. Подавайте с рисом.

Запеканка с тиляпией, ананасами, луком-пореем, сыром и сливками «Мозамбикская»

✓300 г филе тиляпии
✓6 кружков консервированного ананаса
✓100 г лука-порея
✓100 г твердого тертого сыра
✓100 мл сиропа из-под ананасов
✓200 мл сливок 35 %-ной жирности
✓1 ст. ложка растительного масла
✓белый молотый перец и соль – по вкусу

Филе тиляпии нарежьте кусочками весом около 50 г и уложите в смазанную растительным маслом форму. Посолите, поперчите и посыпьте луком-пореем, нарезанным кольцами. Кольца ананаса разрежьте пополам и уложите поверх лука так, чтобы на каждый кусочек рыбы приходилось примерно 2 кусочка ананаса.

Посыпьте все тертым сыром и полейте сливками, смешанными с сиропом из-под ананасов. Запекайте в духовке 35 минут при температуре 220 ˚С.

Запеченное рагу с минтаем, рисом, помидорами, морковью, луком, лимоном и петрушкой «Ленивый ужин»

✓4 куска замороженного филе минтая
✓1 стакан риса
✓4 помидора
✓2 шт. моркови
✓1 луковица
✓ $^1/_2$лимона
✓7–8 ст. ложек растительного масла
✓зелень петрушки, перец и соль – по вкусу

Замороженное филе минтая нарежьте кусками. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и нарежьте дольками. Лук нарежьте кольцами или полукольцами, морковь натрите на крупной терке.

В форму уложите слоями помидоры, филе, посолите, поперчите его, положите лук и поверх него – морковь. Затем вновь положите филе, посолив и поперчив его, лук, морковь и последним слоем уложите помидоры. Полейте все растительным маслом.

Запекайте в духовке 7 минут при температуре 250 ˚С. Затем добавьте нарезанный дольками лимон, измельченную зелень

петрушки и запекайте еще 3 минуты. Положите в форму промытый рис так, чтобы он полностью был покрыт жидкостью. Запекайте 10–15 минут, выключите духовку и оставьте в ней форму еще на 10 минут.

Запеканка с рыбным филе, рисом, сметаной, сыром и томатным соусом «Быстрый фокстрот»

✓400 г филе любой рыбы
✓1 стакан риса
✓ 1/ 2стакана сметаны
✓1 стакан томатного соуса
✓5 ст. ложек тертого сыра
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито, немного остудите и смешайте с 3 ст. ложками сыра. Половину полученной массы уложите в смазанную маслом форму, поверх нее – нарезанную кусочками рыбу, затем – оставшуюся массу.

Смешайте томатный соус со сметаной, влейте в форму и посыпьте все оставшимся сыром. Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре.

Запеканка с треской, картофелем, помидорами, луком, чесноком, вином, оливками, маслинами и сыром пармезан «Пятизвездочная»

✓1 кг филе трески
✓1 кг картофеля
✓1 кг помидоров
✓4 шт. сладкого красного перца
✓1 стакан сухого белого вина
✓150 г оливок
✓100 г маслин
✓ *2*крупные луковицы
✓ *2*зубчика чеснока
✓3 сваренных вкрутую яйца
✓ 1/ 2стакана тертого сыра пармезан
✓ *2*ст. ложки томатной пасты
✓ *2*ст. ложки рубленой зелени петрушки
✓1 стакан оливкового масла
✓острый стручковый и черный молотый перец, соль – по вкусу

Рыбу нарежьте кусочками. Картофель нарежьте кружками, поварите несколько минут в подсоленной воде и откиньте на

дуршлаг. Смешайте очищенные от кожицы, семян и измельченные помидоры, очищенные от косточек и измельченные оливки, измельченный сладкий перец, томатную пасту, вино, оливковое масло, тертые лук и чеснок.

Смесь заправьте черным и измельченным стручковым перцем, солью и посыпьте зеленью петрушки. Полученный соус тщательно перемешайте. В смазанную оливковым маслом форму уложите, слоями, чередуя, рыбу и картофель, поливая каждый слой соусом.

Запекайте в духовке под крышкой до размягчения рыбы и картофеля, затем снимите крышку и доведите до готовности. Извлеките из духовки, посыпьте измельченными яйцами, тертым сыром и украсьте маслинами. Подавайте с дольками мандаринов.

Запеканка с треской, помидорами, морковью, луком, зеленью и сыром по-португальски «Лиссабонская»

✓1 кг 500 г филе трески
✓7–8 помидоров
✓100 г любого сыра
✓3–4 луковицы
✓2–3 шт. моркови
✓ 2/ 3стакана муки
✓300 мл рыбного бульона
✓100 г сливочного масла
✓любая зелень, растительное масло, перец и соль – по вкусу

В форме разогрейте растительное масло и уложите нарезанную кусочками и подсоленную рыбу. Между кусочками рыбы положите половинки помидоров, ломтики лука и очень тонкие ломтики моркови. Подготовленную рыбу потушите в разогретой духовке 20 минут при средней температуре.

Муку обжарьте на сливочном масле, добавьте рыбный бульон, любую рубленую зелень, перец и соль. Полученный соус влейте в форму и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 8—10 минут. Подавайте с овощными салатами.

Запеканка с треской, рисом, яйцами, сливками и сыром «Сельская новь»

✓400 г филе трески
✓ 1/ 2стакана риса
✓2 сваренных вкрутую яйца
✓100 мл сливок
✓100 г любого тертого сыра
✓250 г томатного или белого соуса

✓растительное масло, соль – по вкусу

Филе трески нарежьте кусочками. Рис сварите в подсоленной воде до полуготовности, откиньте на сито и дайте воде стечь. Смешайте рис с 50 г сыра и половину смеси уложите в смазанную растительным маслом форму.

Поверх смеси положите рыбу, накройте ее оставшейся смесью и посыпьте измельченными яйцами. Смешайте соус со сливками, влейте в форму и посыпьте оставшимся сыром. Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре.

Запеканка с копченой треской, картофелем, луком, шампиньонами, петрушкой, молоком, сыром и яйцами «Мегаполис»

✓500 г копченой трески
✓1 кг картофеля
✓200 г шампиньонов
✓2 стакана и 5 ст. ложек молока
✓3 сваренных вкрутую яйца
✓1 луковица
✓3–4 ст. ложки муки
✓1 ст. ложка лимонного сока
✓50 г любого тертого сыра
✓ *2*ст. ложки измельченной зелени петрушки
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Рыбу целиком положите в емкость с 2 стаканами молока, доведите до кипения и поварите 10 минут на слабом огне. Картофель сварите в подсоленной воде, разомните в пюре, заправьте 5 ст. ложками молока, растопленным сливочным маслом, солью, перцем и тщательно перемешайте.

Лук нашинкуйте, обжарьте, добавьте нарезанные тонкими ломтиками шампиньоны и обжарьте все до золотистого цвета. Затем всыпьте муку, прогрейте смесь еще 1 минуту и снимите с огня.

Процедите молоко, в котором варилась рыба, и небольшими порциями влейте его, постоянно помешивая, к луку, муке и шампиньонам. Прогрейте смесь до загустения, затем поварите еще 10 минут на слабом огне. Добавьте петрушку, сок лимона, измельченные яйца, соль и перец. Рыбу освободите от костей и положите в соус.

Полученную массу уложите в смазанную маслом форму, равномерно накройте ее картофельным пюре и посыпьте сыром. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 190 °С. Подавайте с овощным салатом.

Запеканка с рыбой, молоком, картофелем, луком, помидорами и сельдереем «Китайская грамота»

✓500 г любой рыбы
✓2 вареные картофелины
✓2–3 помидора
✓2 луковицы
✓2 яйца
✓4–5 ст. ложек хлебных крошек
✓1 стакан молока
✓1 ст. ложка соевого соуса
✓50 г сливочного масла
✓зелень сельдерея, перец и соль – по вкусу

Рыбу нарежьте кусками и сварите в небольшом количестве воды с добавлением соевого соуса, соли и перца. Дайте остыть, осторожно извлеките рыбу и освободите от костей. Картофель нарежьте кусочками, лук нашинкуйте, помидоры нарежьте дольками и посыпьте все перцем и солью.

В смазанную сливочным маслом и посыпанную хлебными крошками форму уложите слоями, чередуя, картофель, рыбу, лук и помидоры. Яйца взбейте, смешайте с молоком и влейте в форму. Посыпьте хлебными крошками и рубленой зеленью сельдерея. Запекайте в духовке 45 минут при средней температуре.

Запеканка с рыбным филе, грибами, сыром и сметаной «Страстное танго»

✓600–700 г филе хека, трески или окуня
✓200–300 г свежих или соленых грибов
✓1 стакан сметаны
✓2 ст. ложки тертого сыра
✓1 ст. ложка молотых сухарей
✓1 ст. ложка муки
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Филе нарежьте кусочками. Грибы нарежьте и слегка обжарьте, добавив муку. В смазанную сливочным маслом форму уложите филе, посолите и поперчите. Затем положите подготовленные грибы, добавьте сметану, посыпьте сухарями, сыром и сбрызните растопленным маслом. Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре.

Запеканка с рыбой, шпинатом, молоком, рисом,

сыром и петрушкой «Гольфстрим»

✓500 г филе любой рыбы
✓500 г шпината
✓1 стакан молока
✓ *2*стакана вареного риса
✓ *2*ст. ложки любого тертого сыра
✓ *2*желтка
✓ *2*ст. ложки муки
✓1 ст. ложка измельченной зелени петрушки ✓4 ст. ложки сливочного масла ✓ *2*ст. ложки растительного масла ✓соль – по вкусу

Шпинат нарежьте и потушите в небольшом количестве воды со сливочным маслом. Муку обжарьте в 2 ст. ложках растительного масла, разведите подогретым молоком до консистенции густого соуса, посолите и немного остудите. Добавьте желтки, петрушку и тщательно перемешайте полученный соус.

В смазанную оставшимся растительным маслом форму уложите рис, поверх него – нарезанную кусочками рыбу, затем – пюре из шпината, влейте соус, посыпьте сыром и разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте с растопленным маслом.

Запеканка с красной рыбой, камбалой, шпинатом, сметаной и эстрагоном «Свистать всех наверх!»

✓500 г филе красной рыбы
✓8 кусков филе камбалы
✓500 г шпината
✓500 г сметаны
✓4 белка
✓1 пучок эстрагона
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Всю рыбу положите на 1 час в морозильную камеру. Затем измельчите 4 куска филе камбалы, добавьте 2 белка, половину нормы сметаны и тщательно перемешайте. Таким же образом приготовьте фарш из красной рыбы и поместите его в холодильник.

Шпинат слегка поварите, сделайте из него пюре, добавьте третью часть фарша из камбалы и поместите в холодильник. Измельчите эстрагон, смешайте с фаршем из красной рыбы и тоже поместите в холодильник. Оставшиеся 4 куска филе камбалы слегка обжарьте в небольшом количестве сливочного

масла.

Форму обильно смажьте маслом, дайте ему застыть в холодильнике и еще раз смажьте форму. Уложите в нее половину фарша из красной рыбы, поверх него – 2 целых куска филе камбалы, затем – половину фарша из камбалы и шпината, поверх него – половину фарша из камбалы.

Повторите еще раз в таком же порядке. Накройте форму фольгой и поставьте на водяную баню. Запекайте в духовке 45 минут при температуре 150 ˚С. Подавайте с соусом из сметаны, перца, соли, лимонного сока и рубленого зеленого лука.

Запеканка с камбалой, каперсами, пряностями и йогуртом по-татарски «Вышли мы все из Казани»

✓1 небольшая камбала
✓ 1/ 2стакана натурального йогурта
✓1 корнишон
✓1 яйцо
✓1 ч. ложка каперсов
✓1 лавровый лист
✓ 1/ 2стакана воды
✓3 горошины черного перца
✓лимонная цедра, зелень петрушки, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Камбалу залейте водой, добавьте лавровый лист, соль, перец горошком и поварите 5 минут после закипания. Затем остудите, освободите от костей, нарежьте кусочками и уложите в смазанную растительным маслом форму.

Взбейте яйцо, измельчите корнишон и смешайте с йогуртом, водой, каперсами, лимонной цедрой, зеленью петрушки, перцем и солью. Полученную смесь влейте в форму. Запекайте в духовке 25 минут под крышкой при температуре 180 ˚С.

Запеканка с камбалой, гречневой кашей, сметаной и сыром «Ротшильдовская»

✓500 г филе камбалы
✓ 2/ 3стакана гречневой крупы
✓400 г сметаны
✓100 г любого сыра
✓ 1/ 4стакана муки
✓ 1/ 4ч. ложки перца
✓ 2/ 3ч. ложки соли
✓растительное масло – по вкусу

Сварите гречневую крупу в подсоленной воде и заправьте растительным маслом. Камбалу нарежьте кусочками, обваляйте в муке и слегка обжарьте. Оставшуюся от панировки рыбы муку обжарьте до золотистого цвета. Влейте сметану, перемешайте и прогрейте полученный соус до начала закипания.

В смазанную маслом форму уложите гречневую кашу, поверх нее – камбалу, залейте сметанным соусом и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 15–20 минут при температуре 200–250 ˚С.

Запеканка с рыбным филе, картофелем, помидорами, зеленым луком, чесноком, кориандром и сметаной «Рокфеллеровская»

- ✓800 г филе трески, пикши или окуня
- ✓500 г картофеля
- ✓300 г помидоров
- ✓6 стеблей зеленого кориандра
- ✓1–2 луковицы
- ✓1 зубчик чеснока
- ✓ 1/ 2стакана сметаны
- ✓2 ст. ложки муки
- ✓2–3 ст. ложки панировочных сухарей
- ✓3–4 ст. ложки топленого масла
- ✓ 2ст. ложки сливочного масла
- ✓зеленый лук, перец и соль – по вкусу

Филе рыбы насухо промокните салфеткой, посолите, обваляйте в муке и обжарьте в 2 ст. ложках топленого масла по 3 минуты с каждой стороны. Картофель сварите в мундире, очистите, нарежьте кружками, посолите и поперчите. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, удалите плодоножку, нарежьте кружками и посолите.

Кориандр вымойте и отделите листочки. Зеленый лук и чеснок мелко нарежьте. Репчатый лук нарежьте тонкими полукольцами. Оставшееся топленое масло (отложите немного для смазывания формы) разогрейте и потушите подготовленные овощи, помешивая, 8—10 минут. Добавьте сметану и потушите, помешивая, еще 10 минут. Затем посолите, поперчите смесь и добавьте листочки кориандра.

Картофель уложите в смазанную топленым маслом форму, поверх него – рыбу, затем – овощи. Разложите помидоры, посыпьте сухарями и полейте растопленным сливочным маслом. Запекайте в духовке около 35 минут до образования румяной корочки при температуре 170 ˚С.

Запеканка с рыбой, сладким перцем, луком-пореем, яйцами и укропом «Гламурная»

✓1 кг филе любой рыбы
✓200 г сладкого перца
✓200 г лука-порея
✓50 г зелени укропа
✓2–3 яйца
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Филе нарежьте кусочками, посолите и поперчите. Сладкий перец нарежьте тонкими кольцами, зелень укропа и лук-порей измельчите. Лук-порей смешайте с взбитыми яйцами.

В смазанную растительным маслом форму уложите половину смеси из лука-порея и яиц, поверх нее – слой рыбы, посыпьте ее укропом, затем уложите сладкий перец, залейте все оставшейся смесью лука-порея с яйцами и накройте форму фольгой. Запекайте в духовке до готовности при температуре 200–220 °С.

Запеканка с сельдью, яблоками, хлебом, яйцами, сливочным маслом и луком по-латышски «Рижский форшмак»

✓400 г соленой сельди
✓2 кислых яблока
✓200 г белого хлеба
✓4 сваренных вкрутую яйца
✓ *2*луковицы
✓200 г сливочного масла
✓уксус и перец – по вкусу

Сельдь вымочите в холодной воде и освободите от кожи и костей. Полученное филе пропустите через мясорубку вместе с размоченным в воде хлебом, яблоками, луком и яйцами. Смесь заправьте растопленным маслом, перцем и уксусом.

Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте с вареным картофелем.

Запеканка с сельдью, картофелем, луком, молоком и яйцами по-фински «Лапландия»

✓200 г филе слабосоленой сельди
✓7–8 картофелин
✓1 луковица

✓2–3 яйца
✓ 1/ 2стакана молока
✓2–3 ст. ложки муки
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Картофель нарежьте ломтиками, посолите, поперчите и уложите в смазанную маслом форму. Поверх него разложите нарезанную кусочками сельдь, мелко нарезанный лук, посыпьте мукой, полейте маслом и потушите на слабом огне под крышкой почти до готовности. Молоко и яйца взбейте и влейте в форму. Запекайте в духовке под крышкой 6–7 минут при максимальной температуре.

Запеканка с сельдью, картофелем, морковью, луком, майонезом и сметаной «По гамбургскому счету»

✓4 куска филе малосольной сельди
✓8–9 картофелин
✓2 шт. моркови
✓3–4 луковицы
✓200 г смеси сметаны и майонеза
✓зеленый лук, сливочное масло, панировочные сухари и соль – по вкусу

Зеленый лук мелко нарежьте, морковь нарежьте кружками, репчатый лук – кольцами, сельдь – кусочками. Репчатый лук обжарьте в 2 ст. ложках сливочного масла. Картофель нарежьте кружками толщиной 3 мм.

Форму смажьте 2 ст. ложками сливочного масла и уложите слоями, чередуя, картофель, морковь, зеленый лук, репчатый лук и сельдь. Каждый слой овощей немного посолите. Последним слоем уложите картофель, влейте

смесь из сметаны и майонеза и посыпьте сухарями. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеканка с сельдью, рисом, сливками, мягким сыром и помидорами «Дамская по-амстердамски»

✓300 г филе малосольной сельди
✓400 г длиннозерного риса
✓100 мл сливок
✓мягкий сыр, помидоры, лимонный сок, сливочное масло, молотый мускатный орех, перец и соль – по вкусу

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Готовый рис поперчите и половину уложите в смазанную сливочным маслом форму. Поверх риса положите

половину нормы нарезанного кусочками филе и сбрызните его лимонным соком. Третьим слоем уложите оставшийся рис, четвертым – сельдь, тоже сбрызнутую лимонным соком.

Поверх сельди разложите нарезанные кружками помидоры. Сливки заправьте мускатным орехом, перцем и влейте в форму. Затем разложите нарезанный тонкими ломтиками сыр. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 220 ˚С.

Запеканка с сельдью, картофелем, яблоками, луком, укропом и сметаной «Поднять паруса!»

✓4 куска филе соленой сельди
✓4 картофелины
✓ *2*небольших яблока
✓ *2*луковицы
✓ *2*ст. ложки сметаны
✓3 ст. ложки молотых сухарей
✓ *2*яйца
✓1 ст. ложка сливочного масла
✓грибной соус, зелень укропа, перец и соль – по вкусу

Сельдь вымочите в спитом чае 4–5 часов, затем пропустите через мясорубку. Картофель сварите в мундире, очистите и разомните в пюре. Картофельное пюре смешайте с сельдью, мелко нарезанным луком, перцем, 1 взбитым яйцом, протертым яблоком, сметаной, молотыми сухарями и тщательно взбейте смесь.

Полученную массу уложите в смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями форму. Поверхность разровняйте и смажьте оставшимся взбитым яйцом. Запекайте в духовке 30 минут до образования румяной корочки при средней температуре. Готовую запеканку полейте грибным соусом и посыпьте рубленой зеленью укропа.

Запеканка с лососем, картофелем, помидорами, чесноком, мускатным орехом, сыром и горчицей «Вернись, я все прощу!»

✓400 г филе лосося
✓500 г картофеля
✓700–800 г мангольда (листовой свеклы)
✓1 помидор
✓1 зубчик чеснока
✓200 г плавленого сыра с зеленью
✓1–2 ч. ложки сухой горчицы

✓2 ст. ложки лимонного сока
✓100 мл овощного бульона
✓1 ст. ложка панировочных сухарей
✓сливочное масло, мускатный орех, перец и соль – по вкусу

Рыбу нарежьте кусочками и сбрызните лимонным соком. Картофель сварите в мундире, очистите и нарежьте ломтиками. Мангольд нарежьте полосками. Чеснок нарежьте мелкими кубиками и потушите 10 минут вместе с мангольдом на сливочном масле, затем приправьте солью, перцем и мускатным орехом. Помидор нарежьте кубиками.

В смазанную маслом форму уложите картофель, добавьте помидор, посолите и поперчите. Затем положите рыбу и мангольд. Разогрейте бульон, расплавьте в нем сыр, приправьте горчицей, влейте смесь в форму и посыпьте сухарями. Запекайте в духовке до готовности при температуре 180 ˚С.

Запеканка с лососем, треской, креветками, картофелем, луком-шалотом,

сливками, каперсами и вермутом «Аперитив с закуской»

✓600 г филе лосося
✓350 г филе трески
✓250–300 г очищенных креветок
✓70–80 мл вермута
✓12–13 картофелин
✓2 головки лука-шалота
✓2 желтка
✓420–430 мл рыбного бульона
✓200 мл сливок
✓3–4 ст. ложки муки
✓3 ст. ложки каперсов
✓ *2*ст. ложки измельченного укропа
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Рыбу нарежьте брусочками, залейте вермутом, доведите до кипения и поварите 5–7 минут на слабом огне. Переложите рыбу в форму, слив полученный бульон в отдельную посуду.

Картофель нарежьте небольшими кусочками, положите в холодную подсоленную воду и поварите 15–20 минут. Затем слейте воду, поставьте кастрюлю на слабый огонь и разомните картофель в пюре, добавив сливочное масло, 50 мл сливок, желтки и соль.

Лук-шалот мелко нарежьте и обжарьте в течение 3 минут до мягкости. Добавьте муку и прогрейте смесь еще 1 минуту.

Постепенно влейте бульон из-под рыбы и потушите смесь 5 минут на слабом огне. Затем добавьте 150 мл сливок, креветки, каперсы, укроп, перемешайте, посолите и поперчите.

Полученный соус прогрейте еще 1 минуту и полейте им рыбу. Поверх нее уложите подготовленное пюре и разровняйте его вилкой. Запекайте в духовке 30–35 минут до образования золотистой корочки при температуре 190 °С.

Запеканка с копченым лососем, креветками, кальмарами, рисом, зеленым луком и кардамоном «Самба»

✓250 г копченого лосося
✓100 г креветок
✓2 тушки небольших кальмаров
✓ 3/ 4стакана риса
✓2 лавровых листа
✓3 ст. ложки сливок
✓ 2ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука
✓1 ст. ложка сливочного масла
✓молотый кардамон – на кончике ножа
✓любая зелень, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Рыбу освободите от костей. Креветки и кальмары сварите в подсоленной воде и очистите. Кальмары нарежьте кольцами, рыбу – небольшими кусочками. Рис залейте 1 стаканом кипящей подсоленной воды, добавьте лавровый лист, перец, кардамон, измельченную зелень, накройте крышкой, поварите до полного впитывания воды и тщательно перемешайте.

В смазанную растительным маслом форму уложите подготовленный рис, поверх него – рыбу и морепродукты, разложите кусочки сливочного масла и влейте полстакана воды. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, полив сливками.

Запеканка в горшочках с путассу, яйцами, молоком и укропом «Непростая рыбка»

✓1 кг 500 г путассу
✓8 яиц
✓2 стакана молока
✓1 1/ 3стакана муки
✓ 1/ 2стакана растительного масла
✓зелень укропа и соль – по вкусу

Рыбу освободите от костей, нарежьте кусочками, посолите,

обваляйте в муке и обжарьте на растительном масле. Смешайте яйца с молоком, добавьте муку, нарезанный укроп и посолите.

Подготовленную рыбу уложите в горшочки и влейте яично-молочную смесь. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеканка с рыбой, салатом из морской капусты и сметаной по-дальневосточному «Находка»

✓600 г любой рыбы
✓200 г готового салата из морской капусты
✓1 ст. ложка панировочных сухарей
✓сметана, растительное масло и соль – по вкусу

Кусочки отварной или припущенной рыбы без костей перемешайте с салатом из морской капусты, уложите в смазанную растительным маслом форму, полейте сметаной, посыпьте панировочными сухарями и сбрызните маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте с вареным картофелем.

Запеканка под сухарным соусом с рыбой, цветной капустой, зеленым горошком, сметаной и сыром «По-бальзаковски»

✓1 кг филе любой рыбы
✓1 кочан цветной капусты
✓1 стакан консервированного зеленого горошка без жидкости
✓1 стакан сухарного соуса
✓ $^1/_2$стакана сметаны
✓1 ст. ложка любого тертого сыра
✓1 ст. ложка сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Для сухарного соуса:

✓450 г сливочного масла
✓100 г пшеничных сухарей
✓1 г лимонной кислоты

Рыбу нарежьте небольшими кусочками, посолите и поперчите. Цветную капусту сварите в подсоленной воде, разберите на соцветия и смешайте с зеленым горошком.

В смазанную сливочным маслом форму уложите слой капусты с горошком, полейте сухарным соусом, затем положите рыбу, поверх нее – капусту с горошком и сухарным соусом. Поверхность разровняйте, полейте сметаной и посыпьте сыром. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Для соуса сливочное масло растопите, отделите от отстоя и процедите. Добавьте обжаренные молотые сухари, лимонную кислоту, соль и тщательно перемешайте полученный соус.

Запеканка с хамсой, картофельным пюре, луком и томатным соусом «Молодежная»

✓200–300 г хамсы
✓3 стакана картофельного пюре
✓1 луковица
✓200 г любого томатного соуса
✓2 ст. ложки муки
✓любой тертый сыр, молотые сухари, растительное масло, зелень петрушки или зеленый лук и соль – по вкусу

Рыбу очистите, обжарьте на растительном масле и положите в смазанную маслом форму. Полейте томатным соусом, поверх него уложите картофельное пюре, посыпьте смесью из сухарей и тертого сыра и сбрызните маслом.

Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре. Подавайте, посыпав рубленой зеленью петрушки или нашинкованным зеленым луком.

Запеканка с рыбой, яйцами, сыром, молоком и петрушкой «Прелести среднего возраста»

✓500 г филе любой рыбы
✓3 яйца
✓2 ст. ложки любого тертого сыра
✓1 стакан молока
✓ *2*ст. ложки муки
✓зелень петрушки, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Рыбное филе посолите, поперчите, обваляйте в муке, обжарьте на растительном масле и нарежьте кусочками. Яйца взбейте с молоком. В смазанную маслом форму положите подготовленное филе, залейте смесью из молока и яиц и посыпьте тертым сыром.

Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте с вареным картофелем, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Запеканка с судаком, яйцами и молоком «Поперек Питерской»

✓500 г филе судака
✓ *2*яйца
✓100 мл молока
✓1–2 ст. ложки муки
✓1–2 ст. ложки сливочного масла
✓лимонный сок и соль – по вкусу

Рыбу нарежьте кусочками, сбрызните лимонным соком, посолите и уложите в смазанную сливочным маслом форму. Взбейте яйца, смешайте их с молоком и мукой, тщательно взбейте смесь и влейте в форму. Запекайте в духовке 30 минут при средней температуре.

Запеканка с сардинами, картофелем, луком, салом и молоком «Корсиканская»

✓ 750 г сардин
✓6–7 картофелин
✓ *2*луковицы
✓50-100 г сала
✓1 стакан молока
✓1 ст. ложка муки
✓1 ст. ложка молотых сухарей
✓сливочное масло, любая рубленая зелень, перец и соль – по вкусу

Сардины выпотрошите, промойте и освободите от костей. Измельченный лук обжарьте вместе с нарезанным кубиками салом.

В смазанную сливочным маслом форму уложите слоями, чередуя, ломтики сырого картофеля, лук с салом и полученное филе сардин. Каждый слой немного посыпьте солью, перцем и рубленой зеленью. Последним слоем уложите картофель.

Смешайте молоко с немного обжаренной мукой, влейте смесь в форму, посыпьте молотыми сухарями и разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеканка под томатным соусом с сардинами в тесте «Балеарская»

✓500 г сардин
✓ *2*яйца
✓100 г любого тертого сыра
✓4 ст. ложки муки
✓ *2*ст. ложки панировочных сухарей

✓4 ст. ложки измельченной зелени петрушки
✓растительное масло и соль – по вкусу
Для томатного соуса:
*2*ст. ложки томатной пасты
✓50 мл растительного масла
✓перец и соль – по вкусу

Сардины очистите, освободите от костей и посолите. Приготовьте тесто из муки и яиц и посолите смесь. Подготовленную рыбу обмакните в тесте и обжарьте с обеих сторон во фритюре.

Уложите в форму слой обжаренных сардин, полейте их соусом, посыпьте панировочными сухарями и зеленью петрушки. Затем уложите оставшиеся сардины и посыпьте их тертым сыром. Запекайте в духовке 10 минут при средней температуре.

Для соуса влейте в кастрюлю растительное масло. Разведите томатную пасту 1 стаканом воды и добавьте ее к маслу. Посолите, поперчите и поварите соус 10 минут на сильном огне.

Запеканка с рыбой, рисом, бульоном и яйцами «Пиратская нежная»

✓700–800 г любой рыбы
✓ $^{1}/_{2}$стакана риса
✓ *2*стакана бульона
✓ *2*сваренных вкрутую яйца
✓1 $^{1}/_{2}$ст. ложки муки
✓сливочное масло и соль – по вкусу

Рыбу посолите, сварите, дайте ей остыть, бульон процедите. Охлажденную рыбу освободите от костей и нарежьте кусочками. Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и заправьте маслом. Муку слегка обжарьте, разведите, помешивая, горячим бульоном, посолите и прокипятите смесь. Яйца нарежьте кружками.

В смазанную сливочным маслом форму уложите слой риса, поверх него – рыбу, затем – яйца. Подготовленную мучную заправку влейте в форму. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Запеканка с копченой форелью, салакой, горчицей и сливками «Полундра!»

✓200 г форели холодного копчения
✓500 г филе салаки
✓ *2*ст. ложки горчицы

✓1–1 1/ 2ст. ложки кофейных сливок
✓ 1/ 4ч. ложки белого перца
✓1 ч. ложка соли
✓растительное масло и зелень укропа – по вкусу

Филе салаки сверните рулетиками и уложите в форму, смазанную растительным маслом, предварительно посыпав дно солью. Измельчите копченую форель и уложите поверх салаки.

Смешайте сливки, горчицу, рубленый укроп, соль и перец. Полученную смесь влейте в форму. Запекайте в духовке 20–30 минут при температуре 200 ˚С.

Запеканка с копченой рыбой, хлебом, яйцами, луком и молоком «Взять на абордаж!»

✓400 г мелкой копченой рыбы
✓200 г черствого белого хлеба
✓2 яйца
✓1 стакан молока
✓1 луковица
✓2 ст. ложки растительного масла
✓сливочное масло и соль – по вкусу

Рыбу освободите от кожи и костей. Лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле. В смазанную маслом форму уложите слоями, чередуя, замоченный в молоке хлеб, филе рыбы и обжаренный лук.

Последним слоем уложите хлеб. Взбейте яйца, смешайте их с молоком, влейте смесь в форму и разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Запеканка с рыбой, гречневой кашей, луком и сыром «Рачительная»

✓200–300 г филе любой рыбы
✓1 стакан гречневой крупы
✓2–3 луковицы
✓100–150 г любого тертого сыра
✓1 стакан томатного соуса
✓1–2 ст. ложки майонеза
✓растительное масло и соль – по вкусу

Сварите рассыпчатую гречневую кашу в 2 стаканах подсоленной воды. Лук мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле до золотистого цвета и переложите в миску, тщательно отцеживая масло. Рыбу посолите, поперчите и

обжарьте на растительном масле до готовности.

В форму уложите гречневую кашу и полейте ее половиной нормы томатного соуса. Поверх положите рыбу, лук, затем – снова рыбу, полив ее томатным соусом и посыпав тертым сыром. Сыр слегка примните влажными руками и смажьте майонезом. Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре.

Запеканка с рыбой, яйцами и молоком по-чешски «Влтавская»

✓500 г филе любой рыбы
✓1–2 яйца
✓ 1/ 2стакана молока
✓1–2 ст. ложки муки
✓2–3 ст. ложки растительного масла
✓уксус и соль – по вкусу

Филе нарежьте кусочками, сбрызните уксусом, посолите и уложите в смазанную растительным маслом форму. Яйца взбейте, смешайте с молоком, всыпьте муку и, размешав, влейте смесь в форму. Запекайте в духовке до готовности около 30 минут при средней температуре.

Запеканка с хеком, картофельным пюре, молоком, яйцами и маслом «По-шкиперски»

✓200–300 г филе хека
✓7–8 картофелин
✓2 сваренных вкрутую яйца
✓300 мл и 3 ст. ложки молока
✓3 ст. ложки муки
✓2 ст. ложки хлебных крошек
✓ 1/ 4стакана сливочного масла
✓зелень укропа и соль – по вкусу

Рыбу потушите 6–7 минут в 300 мл молока и сохраните его. Затем очистите рыбу от кожи, костей и посолите. Сварите картофель в подсоленной воде, разомните в пюре, добавьте 3 ст. ложки молока, половину нормы сливочного масла, посолите и взбейте до получения однородной массы. Яйца нарубите.

Растопите оставшееся масло, вмешайте в него муку и обжарьте все 1 минуту, затем небольшими порциями влейте молоко, в котором варилась рыба. Прогрейте смесь, помешивая, на слабом огне в течение 1–2 минут до получения густой однородной массы. В полученный соус положите рыбу, яйца и

посолите.

В смазанную маслом форму уложите картофельное пюре, формируя бортики. Поверх пюре разложите рыбу и посыпьте ее хлебными крошками. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав рубленой зеленью укропа.

Запеканка со шпротами, шампиньонами, картофелем, помидорами, луком и сметаной «Простодушная»

- ✓1 банка шпротов
- ✓200 г шампиньонов
- ✓4 картофелины
- ✓5–6 помидоров
- ✓2 луковицы
- ✓3 яйца
- ✓4 ст. ложки сметаны
- ✓сода – на кончике ножа
- ✓ 1/ 3ч. ложки молотого белого перца
- ✓растительное масло и соль – по вкусу

Сварите картофель в мундире, остудите, очистите и нарежьте ломтиками. Лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле до легкого зарумянивания на среднем огне. Шампиньоны нарежьте пластинками и добавьте к луку.

Обжарьте грибы на сильном огне, помешивая, до испарения жидкости и образования румяной корочки. Лук и грибы переложите в миску, отцеживая лишнее масло, и остудите. Слейте масло со шпротов, шпроты наломайте небольшими кусочками.

В смазанную маслом форму уложите слой картофеля и слегка посолите его. Затем положите слой шпротов и слой грибов с луком, поверх них – нарезанные кружками помидоры. Залейте взбитыми яйцами, смешанными с перцем, солью, содой и сметаной. Запекайте в духовке 20–30 минут при температуре 180 ˚С.

Запеканка с консервированным лососем, рисом, яйцами, сыром и сметаной «Норд-норд-вест»

- ✓1 банка консервированного лосося в собственном соку
- ✓ 3/ 4стакана риса
- ✓1 луковица
- ✓100 г любого сыра
- ✓2 яйца
- ✓100 г сметаны

✓растительное масло и соль – по вкусу

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Отделите белки от желтков. Белки взбейте в пену с 1 щепоткой соли и смешайте с остывшим рисом. Лук мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле до мягкости и легкого зарумянивания на среднем огне и остудите. Сыр натрите на крупной терке и смешайте с желтками и сметаной.

В смазанную маслом форму уложите рис и утрамбуйте его, формируя небольшие бортики. Рыбу освободите от костей, разомните, смешайте с луком и положите поверх риса. Затем равномерно разложите смесь из сыра, желтков и сметаны. Запекайте в духовке 15–20 минут до образования румяной корочки при средней температуре.

Запеканка с икрой речной рыбы, хлебом, луком, молоком и зеленью «Незаморская»

✓400 г икры любой речной рыбы

✓1 луковица

✓100 г белого хлеба

✓100 мл молока

✓растительное масло, любая зелень, перец и соль – по вкусу

Икру и замоченный в молоке хлеб пропустите через мясорубку, добавьте мелко нарубленный лук, соль и перец. Полученную массу уложите ровным слоем в смазанную растительным маслом форму. Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре. Подавайте, посыпав любой измельченной зеленью.

Блюда с морепродуктами

Запеканка с рыбой, морскими гребешками, креветками, зеленым луком, сливками, хреном, вином и сыром «Майорка»

✓1 кг филе без кожи любой белой рыбы
✓450 г морских гребешков
✓400 г вареных очищенных креветок
✓2 луковицы
✓5–6 стеблей зеленого лука
✓250 г твердого тертого сыра
✓ 2ломтика белого хлеба
✓1 стакан сливок 33 %-ной жирности
✓ 1/ 2стакана сухого белого вина
✓ 1/ 2стакана молока
✓1 ст. ложка тертого хрена
✓ 2ст. ложки муки
✓150 г сливочного масла
✓зелень петрушки, перец и соль – по вкусу

Растопите часть масла, всыпьте, помешивая, муку, обжарьте ее до золотистого цвета, влейте вино, молоко и сливки. Доведите смесь до кипения и загустения. Добавьте соль, перец, часть сыра, хрен, мелко нарезанный репчатый лук и немного прогрейте полученный соус.

Разогрейте оставшееся масло и обжарьте гребешки, помешивая, пока не начнет выделяться жидкость. Затем положите хлебный мякиш и все перемешайте. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Поверх массы разложите нарезанную кубиками рыбу, затем – креветки.

Влейте в форму соус, посыпьте оставшимся сыром и сбрызните растопленным маслом. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре. Подавайте, посыпав рубленым зеленым луком и измельченной зеленью петрушки.

Рагу с креветками, брокколи, зеленым горошком, миндальной стружкой, сметаной и карри «Индо-европейское»

✓150 г вареных креветок
✓1 кг брокколи

✓200 г консервированного зеленого горошка
✓2–3 луковицы
✓50 г миндальной стружки
✓200 мл бульона
✓100 г сметаны
✓1 ст. ложка карри
✓4 ст. ложки растительного масла
✓соль – по вкусу

Брокколи разберите на соцветия, поварите 2–3 минуты в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг. Миндальную стружку обжарьте на сухой сковороде. Лук нарежьте полукольцами, обжарьте на растительном масле, посыпьте карри, немного потушите на слабом огне и залейте бульоном.

Добавьте брокколи, зеленый горошек, накройте крышкой и потушите все 3 минуты, помешивая. Затем положите сметану и потушите еще 1 минуту без крышки. Посолите и поверх разложите вареные креветки и миндальную стружку. Подавайте немедленно с вареным рисом.

Запеканка с рыбой, креветками, помидорами, сливками, зеленым луком, укропом, сыром и брынзой «Ибица»

✓250 г филе любой рыбы
✓250 г очищенных креветок
✓3 помидора
✓ *2*шт. сладкого красного перца
✓1 стакан сливок
✓1 пучок зеленого лука
✓1 пучок укропа
✓ *2*ст. ложки оливкового масла
✓ *2*ст. ложки сливочного масла
✓брынза, любой сыр, перец и соль – по вкусу

Лук и сладкий перец мелко нарежьте. Помидоры залейте кипятком, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и тоже мелко нарежьте. Растопите сливочное масло, влейте оливковое масло и обжарьте в течение 3 минут лук и сладкий перец. Затем добавьте помидоры и потушите все, помешивая, еще 5 минут. Посолите, поперчите, влейте сливки и прогрейте полученный соус в течение 4–5 минут.

Рыбу нарежьте кусочками, посолите и вместе с креветками уложите в форму. Влейте соус, посыпьте измельченным укропом, раскрошенной брынзой и разложите нарезанный ломтиками сыр. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Рагу с кальмарами, стручковой фасолью, помидорами, сладким перцем, кукурузой, морковью, соевым соусом и чесноком «Тусовочное»

✓2 тушки замороженных кальмаров
✓200–250 г стручковой фасоли
✓1 помидор и/или 1 ст. ложка томатного соуса
✓ *2*ст. ложки консервированной кукурузы
✓1 шт. сладкого перца
✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓ *2*зубчика чеснока
✓1 ч. ложка соевого соуса
✓растительное масло, смесь молотого перца разных цветов и соль – по вкусу

Лук нарежьте полукольцами и обжарьте на растительном масле до мягкости. Фасоль поварите 5 минут в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, нарежьте кусочками и добавьте к луку. Сладкий перец, морковь тонко нарежьте, положите к луку, фасоли, перемешайте и потушите все 10 минут.

Размороженные кальмары нарежьте соломкой, уложите в дуршлаг, обдайте кипятком, перемешайте и еще раз обдайте кипятком. Подготовленные кальмары положите к овощам, добавьте соевый соус, кукурузу и нарезанный кусочками помидор (томатный соус).

Все посолите, поперчите и потушите 5 минут. Затем положите пропущенный через пресс чеснок, перемешайте, снимите с огня и дайте немного настояться. Подавайте как самостоятельное блюдо в горячем и холодной виде, а также в горячем виде с рисом.

Запеканка с креветками, крабовым мясом, зеленым луком, соусом чили и пивом «Дарданеллы»

✓200 г очищенных креветок
✓200 г крабового мяса
✓ 1/ зстакана пива
✓2–3 стебля зеленого лука
✓1 яйцо
✓2 ч. ложки лимонного сока
✓ 2/ зстакана блинной муки
✓ 1/ зстакана сладкого соуса чили
✓ 1/ зстакана растительного масла

✓соль – по вкусу

Лук, крабовое мясо, креветки мелко нарежьте, смешайте с лимонным соком, взбитым яйцом и посолите. Добавьте муку и влейте пиво. Все тщательно перемешайте до получения однородной массы и уложите в смазанную растительным маслом форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, полив соусом чили.

Блюда с грибами и овощами

Грибные блюда

Рагу с грибами, сыром тофу, луком, чесноком, соевым соусом и петрушкой «Харбинское»

✓1 стакан любых нарезанных грибов
✓450 г сыра тофу
✓ 1/ 2стакана измельченного лука
✓1 зубчик чеснока
✓1 ст. ложка соевого соуса
✓1 ст. ложка измельченной зелени петрушки
✓ 2ст. ложки растительного масла

В разогретое на сковороде растительное масло положите грибы, лук и раскрошенный сыр тофу. Когда тофу начнет подрумяниваться, добавьте соевый соус, зелень петрушки, измельченный чеснок и потушите все до готовности. Подавайте с рисом, лапшой или гренками.

Запеканка с грибами, картофелем, чесноком, сливками, сыром и сметаной «Джаз-модерн»

✓400 г лисичек или шампиньонов
✓8–9 картофелин
✓2 зубчика чеснока
✓200 г сливок
✓250 г сметаны
✓6 ст. ложки тертого сыра эмменталь
✓4 ст. ложки сливочного масла ✓перец и соль – по вкусу

Чеснок пропустите через пресс и положите в смазанную 2 ст. ложками сливочного масла форму. Быстро, но тщательно промойте грибы, промокните их салфеткой и нарежьте тонкими ломтиками.

Картофель нарежьте очень тонкими ломтиками. Половину картофеля разложите в форме так, чтобы ломтики заходили один на другой, как черепица. Картофель посолите, поперчите, поверх него уложите грибы и поверх них разложите оставшийся картофель, посолив и поперчив его.

Смешайте сливки со сметаной и равномерно влейте смесь в форму. Посыпьте сыром и разложите кусочки оставшегося сливочного масла. Запекайте в духовке 1 час 15 минут при температуре 180 ˚С.

Рагу с шампиньонами, лисичками, опятами, белым вином, сливками, петрушкой и зеленым луком «Тихая охота»

✓100–120 г шампиньонов
✓100–120 г лисичек
✓100–120 г опят
✓1 луковица
✓250 мл сливок
✓50 мл сухого белого вина
✓ 1/ 2пучка петрушки
✓ 1/ 2пучка зеленого лука
✓3 ст. ложки растительного масла
✓белый молотый перец и соль – вкусу

Очищенные грибы нарежьте одинаковыми кусочками. Разогрейте в большой кастрюле растительное масло и обжарьте грибы в течение 2–4 минут до коричневого цвета. Добавьте белое вино и прокипятите все 1–3 минуты.

Затем влейте сливки и прокипятите на сильном огне 1–3 минуты до загустения. Лук, листочки петрушки, зеленый лук мелко нарубите, добавьте к грибам, посолите, поперчите и перемешайте.

Подавайте как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира к мясным блюдам. (В зависимости от сезона сорта грибов можно варьировать, например, сделать рагу с маслятами или белыми грибами.)

Рагу с грибами, кольраби, белым вином, сливками и кервелем «Романо»

✓1 стакан любых сушеных грибов
✓1 кг кольраби
✓200 мл густых сливок
✓5 ст. ложек сухого белого вина
✓1 ст. ложка муки
✓3 ст. ложки рубленого кервеля
✓2 ст. ложки сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Грибы замочите в теплой воде, поварите 30 минут в этой же воде и откиньте на дуршлаг. Затем бульон процедите, грибы нарежьте. Кольраби нарежьте кубиками, поварите 10 минут в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг, сохранив 400 мл отвара.

Муку обжарьте на сливочном масле, слегка охладите,

добавьте вино и 200 мл грибного бульона. Влейте сливки, отвар из-под кольраби и поварите, помешивая, 10 минут. В полученный соус положите грибы, кольраби, посолите, поперчите, добавьте 2 ст. ложки кервеля и прогрейте все в течение 5–7 минут. Подавайте с молодым вареным картофелем, посыпав оставшимся кервелем.

Запеканка с грибами, рисом, сладким перцем, кинзой и хмели-сунели «Фастфуд по-грузински»

✓400 г крупных шампиньонов
✓ 1/ 2стакана риса
✓1–2 шт. сладкого перца
✓зелень кинзы, хмели-сунели и соль – по вкусу

Рис сварите до готовности. Перец нарежьте кубиками, добавьте кинзу, хмели-сунели, смешайте с рисом, посолите и тщательно перемешайте. Полученной смесью наполните шляпки грибов, уложите их в разогретую форму и накройте фольгой. Запекайте в духовке 15–20 минут при температуре 180 °С.

Рагу с вешенками, картофелем, капустой, кабачками, помидорами, сладким перцем и укропом «Станичное»

✓350 г вешенок
✓4 картофелины
✓150 г капусты
✓1 небольшой кабачок
✓2 помидора
✓1 шт. сладкого красного перца
✓1 луковица
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓ 2ст. ложки растительного масла
✓зелень укропа и соль – по вкусу

Вешенки нарежьте ломтиками, лук нашинкуйте, морковь натрите на крупной терке и все потушите в небольшом количестве воды и растительного масла. В кастрюлю уложите нарезанный ломтиками картофель, залейте его водой, добавьте томатную пасту и потушите 5—10 минут.

Добавьте нарезанный ломтиками кабачок, нашинкованную капусту, нарезанный полосками сладкий перец и разрезанные на 8 частей помидоры. Залейте все водой так, чтобы она наполовину покрывала овощи, и потушите 10 минут. Затем положите грибы, тушеные лук с морковью и посыпьте укропом. Потушите все еще 10–15 минут.

Рагу с лисичками, сладким перцем, помидорами и луком «Брянское»

✓600–700 г лисичек
✓1 шт. сладкого перца
✓1–2 помидора
✓1 луковица
✓50 г сливочного масла
✓ $^1/_2$ч. ложки душистого молотого перца
✓растительное масло и соль – по вкусу

Лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле до мягкости. Лисички промойте, нарежьте небольшими кусочками и положите к луку. Затем добавьте сладкий перец, нарезанный полосками, и потушите все 10–15 минут на среднем огне.

Спустя это время положите нарезанные кубиками помидоры, перемешайте, посолите, поперчите и потушите до мягкости помидоров. Добавьте сливочное масло, перемешайте и через 2 минуты снимите с огня. Подавайте с картофельным пюре, макаронами, рисом и гречневой кашей.

Запеканка с грибами, кабачками, йогуртом, укропом, петрушкой и сыром «Хип-хоп»

✓200 г любых грибов
✓1–2 кабачка
✓250–300 г йогурта
✓200 г твердого тертого сыра
✓1 пучок зелени укропа
✓1 пучок зелени петрушки
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Грибы мелко нарежьте, обжарьте и смешайте с измельченной зеленью укропа, петрушки и небольшой частью сыра. Полученную массу посолите, если надо. Кабачки нарежьте кружками, посолите, поперчите и половину уложите в смазанную маслом форму. Поверх них положите подготовленные грибы, накройте их оставшимися кабачками и полейте йогуртом.

Запекайте в духовке 30–40 минут при средней температуре. Затем обильно посыпьте сыром и запекайте еще 10–15 минут до образования румяной корочки. Подавайте с огурцами, украсив веточками зелени.

Рагу с грибами, картофелем, кабачками, луком, сметаной и укропом «Деревенское осеннее»

✓400–500 г любых грибов
✓4–5 картофелин
✓1–2 кабачка
✓2–3 луковицы
✓200 г сметаны
✓растительное масло, зелень укропа, перец и соль – по вкусу

Грибы сварите в подсоленной воде почти до готовности, откиньте на дуршлаг, сохранив немного отвара, и нарежьте крупными ломтиками. Картофель очистите, нарежьте крупными дольками и быстро обжарьте до зарумянивания. Затем добавьте грибы, влейте немного отвара и потушите под крышкой, посолив и поперчив.

Кабачки очистите от кожицы, семян, нарежьте крупными кусочками и быстро обжарьте до легкого изменения цвета. Лук крупно нарежьте и тоже быстро обжарьте до золотистого цвета. Лук и кабачки добавьте к грибам и картофелю, посолите, поперчите, перемешайте и потушите все под крышкой до готовности. В конце тушения положите сметану, перемешайте и прокипятите. Подавайте, посыпав измельченной зеленью укропа.

Овощные блюда

Рагу под сметанным соусом с картофелем, репой, морковью, цветной капустой, помидорами и зеленым горошком «Климовское»

✓3–4 картофелины
✓2–3 шт. репы
✓2–3 шт. моркови
✓200 г цветной капусты
✓2–3 помидора
✓3–4 ст. ложки консервированного зеленого горошка
✓2–3 ст. ложки растительного масла
✓соль – по вкусу
Для сметанного соуса:
✓100 г сметаны
✓1 стакан овощного отвара
✓1 ст. ложка муки
✓1–2 ст. ложки сливочного масла
✓соль – по вкусу

Морковь и репу нарежьте дольками и потушите в небольшом количестве воды до готовности. Картофель нарежьте дольками и обжарьте на растительном масле. Цветную капусту сварите в подсоленной воде до готовности.

Все подготовленные овощи смешайте с зеленым горошком и посолите. Залейте все соусом, поверх разложите помидоры, нарезанные дольками, и потушите 15 минут.

Для соуса муку обжарьте на сливочном масле, влейте овощной отвар, посолите и, непрерывно помешивая, доведите до кипения. Поварите 10 минут и заправьте сметаной.

Картофельная запеканка с молоком и сливками «Вальс-бостон»

✓8–9 средних по размеру картофелин
✓150 мл молока
✓150 мл жирных сливок
✓растопленное сливочное масло или оливковое масло, перец и соль – по вкусу

Картофель очистите, нарежьте очень тонкими кружками, посолите, поперчите, залейте сливками и молоком и тщательно перемешайте. В смазанную маслом форму (или маленькие

формочки) положите бумагу для выпечки, разложите подготовленный картофель и полейте его оставшейся смесью из сливок и молока. Запекайте в духовке 40–45 минут до золотистого цвета при температуре 180 ˚С.

Картофельная запеканка с яблоками, сыром бри, тимьяном и сливками «Болеро»

✓7–8 картофелин
✓3 кислых яблока
✓150 г сыра бри
✓2 ч. ложки рубленого тимьяна
✓250 мл сливок
✓2 ст. ложки лимонного сока
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Картофель нарежьте тонкими ломтиками. Яблоки очистите от кожуры, сердцевины, нарежьте дольками и сразу же сбрызните лимонным соком. В смазанную сливочным маслом форму уложите слоями яблоки и картофель, посыпая каждый слой солью, перцем и тимьяном. Влейте в форму сливки, разложите нарезанный ломтиками сыр и кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке 45 минут при температуре 200 ˚С.

Картофельная запеканка с помидорами, зеленым луком, сыром и брынзой «В ритме диско»

✓6–7 картофелин
✓500 г помидоров
✓700–800 г брынзы
✓150 г швейцарского сыра
✓ *2*яйца
✓200 мл жирных сливок
✓1 ст. ложка сливочного масла
✓зеленый лук, перец и соль – по вкусу

Картофель нарежьте кружками, поварите в подсоленной воде 5 минут и откиньте на дуршлаг. Помидоры нарежьте кружками, брынзу – кубиками, сыр натрите на крупной терке.

В смазанную сливочным маслом форму уложите слоями помидоры и картофель, посолив и поперчив их. Посыпьте брынзой, сыром и влейте слегка взбитые со сливками яйца. Запекайте в духовке 10–15 минут до образования золотистой корочки при температуре 225 ˚С. Подавайте, посыпав нарезанным зеленым луком.

Картофельная запеканка с семенами подсолнечника, грибами, морковью, луком-пореем, кабачками и чесноком «Гопак»

✓4–5 картофелин
✓4–5 ст. ложек семян подсолнечника
✓100 г любых грибов
✓2 кабачка
✓1–2 шт. моркови
✓1 луковица
✓ *2*стебля лука-порея
✓ *2*зубчика чеснока
✓1 ст. ложка тертого сыра
✓ $^1/_4$ч. ложки сушеного майорана
✓зелень петрушки, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Нарезанный дольками картофель и нарезанную ломтиками морковь сварите в подсоленной воде, обсушите и разомните в пюре. Обжарьте нарезанный репчатый лук и очищенные семена подсолнечника на растительном масле до размягчения лука.

Лук и семена смешайте с пюре, добавьте майоран и перец. Нарезанный кольцами лук-порей и толченый чеснок обжарьте в течение 5 минут, поперчите, добавьте нарезанные ломтиками кабачки, грибы и обжарьте смесь еще 2–3 минуты.

Положите половину смеси из лука-порея и чеснока в форму, поверх нее – половину морковно-картофельной массы, затем – оставшуюся смесь, поверх нее – остаток морковно-картофельной массы и посыпьте все сыром. Запекайте в духовке 20–25 минут до золотистого цвета при средней температуре. Подавайте, посыпав рубленой зеленью петрушки.

Рагу с картофелем, сладким перцем, помидорами, кабачками, чесноком, луком и морковью «Тарусское»

✓6–7 картофелин
✓1 кабачок
✓1 шт. сладкого перца
✓2–3 помидора
✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓4–5 зубчиков чеснока
✓любая зелень, растительное масло, перец и соль – по вкусу

Лук нарежьте кубиками, морковь натрите на крупной терке и обжарьте все в сотейнике на растительном масле. Затем добавьте

нарезанные кубиками кабачок, картофель и сладкий перец.

Посолите, поперчите, накройте сотейник крышкой и, периодически помешивая, потушите содержимое на слабом огне до готовности картофеля. Добавьте мелко нарезанные помидоры, через 5 минут мелко нашинкованный чеснок, доведите до кипения и снимите с огня. Подавайте, посыпав любой измельченной зеленью.

Картофельная запеканка с луком и салом по-французски «Париж – Киев»

✓10 картофелин
✓50 г сала
✓ *2*луковицы
✓ *2*ст. ложки муки
✓1 яйцо
✓ *2*ст. ложки сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Картофель натрите на крупной терке, немного отожмите, добавьте взбитое яйцо, муку и обжаренный на сале нашинкованный лук. Смесь посолите, поперчите, тщательно перемешайте и уложите в смазанную маслом форму.

Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре. Готовность проверьте, проткнув запеканку спичкой: если спичка сухая – блюдо готово. Подавайте с маслом, молоком, сметаной или любым белым соусом.

Картофельная запеканка с пивом, сметаной, маслом и сыром «Прощай, талия!»

✓ *2*кг картофеля
✓ *2*кг лука
✓200 г любого тертого сыра
✓1 стакан пива
✓1 стакан сметаны
✓1 зубчик чеснока
✓растительное масло, тертый мускатный орех, перец и соль – по вкусу

Картофель нарежьте ломтиками. Лук нашинкуйте и обжарьте на растительном масле. Пиво смешайте со сметаной, посолите, поперчите, добавьте тертый мускатный орех, измельченный чеснок и тертый сыр. Полученный соус тщательно перемешайте.

В форму уложите слоями, чередуя, картофель и лук. Верхним слоем положите лук и влейте в форму соус. Запекайте в духовке

1 час 30 минут – 2 часа при средней температуре. Подавайте с овощными салатами.

Рагу с картофелем, капустой, кабачками, помидорами, морковью, луком, зеленым горошком и укропом «Витебское»

✓300 г картофеля
✓200 г капусты
✓1 кабачок
✓2 помидора
✓100 г моркови
✓100 г лука
✓1 пучок укропа
✓100 г сливочного масла
✓консервированный зеленый горошек, перец и соль – по вкусу

Картофель, морковь и кабачок нарежьте кубиками одинакового размера. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и нарежьте кубиками. Капусту нашинкуйте соломкой.

Лук и морковь обжарьте на сливочном масле и уложите в сотейник. Поверх положите капусту, картофель, влейте немного воды и доведите до кипения. Затем добавьте кабачок и потушите все 15–20 минут.

Спустя это время положите нарезанные помидоры и потушите еще 10 минут. В конце тушения посолите, поперчите, снимите с огня и оставьте на 20 минут под крышкой. Подавайте, посыпав измельченной зеленью укропа и зеленым горошком.

Капустная запеканка с брынзой, рисом, яйцами, луком и петрушкой по-болгарски «Варненская»

✓1 небольшой кочан капусты
✓200 г тертой брынзы
✓200 г риса
✓2–3 луковицы
✓2 сваренных вкрутую яйца
✓1 яйцо
✓растительное масло, зелень петрушки, перец и соль – по вкусу

Капусту разберите на листья, сварите в подсоленной воде до мягкости и срежьте стебли. Лук нашинкуйте и обжарьте на растительном масле. Затем добавьте рис и подержите смесь на

огне, помешивая, 1–2 минуты, пока рис не станет прозрачным. Снимите смесь с огня и добавьте в нее нарубленные яйца, брынзу и зелень петрушки. Смесь посолите и поперчите.

В смазанную маслом форму уложите слоями, чередуя, листья капусты и подготовленный рис, последним слоем положив капусту. Влейте в форму 400 мл горячей воды. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Смешайте взбитое яйцо с тертым сыром, уложите поверх капусты и продолжайте запекать до образования золотистой корочки.

Рагу с капустой, картофелем, зеленым горошком, луком, чесноком, лавровым листом, томатной пастой и кинзой «Отрадное»

✓600 г капусты
✓5 картофелин
✓1 банка консервированного зеленого горошка
✓1 луковица
✓1 зубчик чеснока
✓2 ст. ложки томатной пасты
✓ 1/ 2пучка кинзы
✓5 ст. ложек растительного масла
✓лавровый лист, перец и соль – по вкусу

Капусту нашинкуйте, положите в кастрюлю и залейте двумя стаканами воды. Добавьте 2 ст. ложки растительного масла и потушите около 45 минут на слабом огне. Картофель крупно нарежьте, лук нарежьте полукольцами. Обжарьте картофель и лук на растительном масле в течение 15 минут. Посолите, добавьте томатную пасту и обжарьте все еще 3–4 минуты.

К готовой капусте положите картофель с луком и потушите около 5 минут. Добавьте зеленый горошек, лавровый лист, нарезанный чеснок, посолите и поперчите. Влейте оставшееся растительное масло и потушите все IQ-15 минут. Подавайте, посыпав мелко нарезанной кинзой.

Капустная запеканка с рисом, яйцами и сметаной «Иокогама»

✓400–500 г капусты (брокколи, цветной, брюссельской, бело– или краснокочанной)
✓1 стакан риса
✓3 яйца
✓2 ст. ложки сметаны
✓ 2ст. ложки муки

✓сода – на кончике ножа
✓растительное масло и соль – по вкусу

Рис сварите, откиньте на сито и остудите. Капусту поварите в подсоленной воде 5 минут, остудите, мелко нарубите и взбейте с 2 яйцами, сметаной, мукой и содой. Рис смешайте с 1 яйцом.

Рис уложите в смазанную растительным маслом форму, поверх него разложите капустную массу и разровняйте ее. Запекайте в духовке 20–25 минут до образования плотного и упругого верхнего слоя при температуре 160–180 ˚С.

Рагу с капустой, стручковой фасолью, помидорами, чесноком и зеленым луком «Саратовское»

✓600 г капусты
✓300 г замороженной стручковой фасоли
✓2 помидора
✓3 крупных зубчика чеснока
✓5–6 стрелок зеленого лука
✓1 ст. ложка томатной пасты
✓1 ч. ложка измельченных сушеных помидоров
✓3 ст. ложки растительного масла
✓1 ч. ложка соли

Капусту нарежьте квадратными кусочками, стручковую фасоль заранее разморозьте. Помидоры и чеснок нарежьте крупными дольками. Белую часть зеленого лука мелко нарежьте наискосок. Помидоры, чеснок и лук аккуратно обжарьте в течение 5 минут в 1 ст. ложке растительного масла.

В сотейник налейте оставшееся растительное масло, положите капусту, фасоль и посолите. Добавьте сушеные помидоры, перемешайте и потушите все под крышкой 5–7 минут.

Затем добавьте томатную пасту, влейте стакан воды, перемешайте и потушите все около 20 минут под крышкой до выпаривания всей жидкости. Положите в сотейник обжаренные помидоры с чесноком и луком, перемешайте и прогрейте 2–3 минуты под крышкой.

Запеканка с цветной капустой, морковью, стручковой фасолью и зеленым горошком «По-адрианочелентановски»

✓300 г цветной капусты
✓2–3 шт. моркови
✓100 г консервированной или свежей стручковой фасоли
✓ 100 г консервированного или свежего зеленого горошка

✓ 2яйца
✓ 1/ 2стакана молока
✓ 3/4 стакана молотых сухарей
✓сливочное масло и соль – по вкусу

Цветную капусту разберите на соцветия, морковь нарежьте кубиками. Капусту и морковь сварите в подсоленной воде почти до готовности вместе со свежими фасолью и зеленым горошком. Смесь откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь, затем уложите подготовленные продукты в смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями форму. Если вы используете консервированные фасоль и горошек, то откиньте их на дуршлаг и затем смешайте с цветной капустой и морковью.

Яйца взбейте и смешайте с молоком. Полученную смесь влейте в форму, разложите кусочки масла и посыпьте сухарями. Запекайте в духовке до образования румяной корочки при средней температуре.

Рагу с цветной капустой, морковью, сладким перцем и луком-пореем «Бантики кокетки»

✓400 г цветной капусты
✓1 шт. моркови
✓1 шт. сладкого перца
✓1 стебель лука-порея
✓100 мл овощного бульона
✓2 ст. ложки сливочного масла
✓соль – по вкусу

Капусту разберите на соцветия, морковь нарежьте соломкой. У сладкого перца удалите плодоножку, семена и нарежьте соломкой. Все подготовленные овощи обжарьте в течение 5–7 минут на сливочном масле, посолите, влейте бульон и потушите до готовности.

Зеленую часть лука-порея нарежьте полосками шириной около 1 см, каждую из них завяжите бантом и скрепите в середине зубочисткой. Подавайте, украсив каждую порцию подготовленными бантами из лука-порея.

Запеканка с цветной капустой, картофелем, сыром, молоком, чесноком и петрушкой «Фигли-мигли»

✓700 г цветной капусты
✓7–8 картофелин
✓1 зубчик чеснока
✓250 г любого тертого сыра

✓300 мл молока
✓3–4 ст. ложки муки
✓2–3 ст. ложки молотых сухарей
✓3 ст. ложки измельченной зелени петрушки
✓50 г и 1 ст. ложка сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Цветную капусту разберите на соцветия, поварите 8—10 минут в подсоленной воде почти до готовности и слейте воду. Картофель разрежьте пополам и поварите в подсоленной воде 12–15 минут тоже почти до готовности. Воду слейте, картофелю дайте остыть и нарежьте его крупными дольками. В форму, смазанную 1 ст. ложкой сливочного масла, уложите подготовленные картофель и капусту.

Оставшееся сливочное масло растопите, добавьте муку, чеснок и прогрейте смесь, помешивая, 1–2 минуты на слабом огне. Затем снимите смесь с огня и постепенно влейте в нее молоко, постоянно взбивая венчиком. Полученный соус нагрейте, помешивая, до загустения.

Затем снимите соус с огня, смешайте с 150 г сыра, посолите, поперчите и влейте в форму. Смешайте оставшийся сыр, сухари, зелень петрушки и полученной смесью посыпьте подготовленные продукты. Запекайте в духовке 15 минут при температуре 180 °С. Подавайте с зеленым салатом.

Запеченное рагу с цветной капустой, кабачками, помидорами, картофелем, яблоками, лимоном, сыром и виноградом «Изюминское»

✓200 г цветной капусты
✓200 г кабачков
✓200 г помидоров
✓200 г картофеля
✓200 г винограда без косточек
✓1 зеленое яблоко
✓100 г любого тертого сыра
✓оливковое масло, любая зелень, ломтики лимона, бальзамический уксус, сахар и соль – по вкусу

Цветную капусту разберите на соцветия, нарежьте кубиками вместе с кабачками, помидорами, картофелем и яблоками. Все подготовленные продукты смешайте с виноградом, полейте оливковым маслом, бальзамическим уксусом, добавьте соль, сахар и тщательно перемешайте.

Уложите в форму половину полученной массы, посыпьте частью сыра, поверх него положите оставшуюся массу, посыпьте

ее остатком сыра и влейте воды на треть высоты формы. Запекайте в духовке до готовности при температуре 180–200 ˚С. Подавайте, посыпав любой измельченной зеленью и украсив ломтиками лимона.

Запеканка с морковью, зеленым луком, рисом, оливками, чесноком и базиликом «Примавера»

- ✓1 шт. моркови
- ✓ 1/ 2пачки риса
- ✓ 1/ 2банки фаршированных перцем оливок
- ✓2 зубчика чеснока
- ✓1 ст. ложка соевого соуса
- ✓1 пучок зеленого лука
- ✓2–3 веточки базилика
- ✓ *2*ст. ложки оливкового масла
- ✓красный и черный молотый перец, соль – по вкусу

Морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарубите, чеснок и базилик измельчите. Подготовленные продукты уложите в смазанную оливковым маслом форму, влейте соевый соус, посолите и поперчите. Запекайте в духовке 2–3 минуты без крышки при максимальной температуре.

Затем равномерно всыпьте в форму рис и залейте его кипяченой водой из расчета 3 части воды на 1 часть риса. Воду вливайте небольшими порциями и немного солите смесь. Не перемешивайте!

Оливки разрежьте пополам и разложите поверх риса (если оливки слишком соленые, предварительно вымочите их в воде 5 минут и добавьте к рису вместе с этой водой). Накройте форму крышкой и поставьте в духовку. Как только вода закипит, уменьшите огонь и запекайте блюдо 15–20 минут.

Морковная запеканка с картофелем, чесноком, укропом и яйцами «Никита»

- ✓8 шт. моркови
- ✓1 картофелина
- ✓3 зубчика чеснока
- ✓5 яиц
- ✓4 ст. ложки муки
- ✓1 ст. ложка манной крупы
- ✓2 ст. ложки растительного масла
- ✓ 1/ 2стакана измельченной зелени укропа
- ✓молотый черный и белый перец, соль – по вкусу

Морковь и картофель залейте водой так, чтобы она покрыла овощи, посолите и сварите до готовности. Воду слейте, морковь и картофель натрите на мелкой терке. В полученную массу добавьте взбитые яйца, муку, зелень укропа и пропущенный через пресс чеснок. Массу тщательно перемешайте, заправьте черным и белым перцем, солью и еще раз перемешайте.

Уложите в смазанную растительным маслом и посыпанную манной крупой форму, разровняйте и сбрызните маслом. Запекайте в духовке 45 минут при средней температуре.

Запеченное рагу с баклажанами, помидорами, сладким перцем, морковью, луком и чесноком «Большому куску рот радуется»

✓500 г баклажанов
✓500 г сладкого перца
✓500 г помидоров
✓2–3 шт. моркови
✓500 г лука
✓4–5 зубчиков чеснока
✓растительное масло и соль – по вкусу

Баклажаны, сладкий перец, помидоры, морковь, лук нарежьте очень крупными одинаковыми кусочками. Морковь и лук уложите в форму и обжарьте на растительном масле в духовке до золотистого цвета. Затем добавьте сладкий перец и потушите все, помешивая, 10–15 минут.

Положите в форму баклажаны, посолите, перемешайте и потушите еще 10–15 минут. Спустя это время добавьте помидоры, посолите, перемешайте и потушите все, помешивая, до готовности. Извлеките форму из духовки, посыпьте пропущенным через пресс чесноком и дайте настояться. Подавайте как в горячем, так и в холодном виде.

Кабачковая запеканка с ликером, яйцами, йогуртом и миндалем «Шик, блеск, красота!»

✓1 кг кабачков
✓2 ст. ложки анисового ликера
✓4 яйца
✓150 г обжаренного молотого миндаля
✓170 г йогурта
✓1–2 ст. ложки творога
✓1 щепотка тертого мускатного ореха
✓растительное масло, семена кунжута, мука, перец и соль –

по вкусу

Кабачки натрите на крупной терке и отожмите. Отделите белки от желтков. Тщательно смешайте кабачки, желтки, творог, йогурт, миндаль, ликер и мускатный орех до однородной массы.

Белки взбейте со щепоткой соли в крепкую пену. Очень осторожно уложите белки на полученную массу и слегка перемешайте. Массу аккуратно положите в смазанную маслом и посыпанную мукой форму. Запекайте в духовке 45 минут при средней температуре. Подавайте, посыпав кунжутом.

Рагу с кабачками, картофелем, помидорами, баклажанами, морковью, чесноком, укропом и петрушкой «Писательское. По рецепту Татьяны Толстой»

✓5 небольших кабачков
✓5 картофелин
✓6 помидоров
✓1 баклажан
✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓5 зубчиков чеснока
✓1 пучок укропа
✓1 пучок петрушки
✓50 мл оливкового масла
✓соль – по вкусу

Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, измельчите, переложите в сотейник, поставьте на огонь, добавьте щепотку соли и потушите под крышкой.

Картофель и морковь нарежьте кружками, лук нашинкуйте и добавьте все к помидорам. У петрушки и укропа отделите стебли, свяжите их кулинарной нитью и поместите к овощам, удалив в конце приготовления. Кабачки очистите от кожицы и нарежьте кружками. Неочищенный баклажан нарежьте кружками.

Поверх тушеных овощей положите целые зубчики чеснока, кружки баклажана и кабачка. Все посолите и залейте оливковым маслом. Зелень петрушки и укропа измельчите, добавьте к овощам, слегка перемешайте и потушите все до готовности.

Кабачковая запеканка с яблоками и яйцами «Легкость бытия»

✓600–700 г кабачков
✓500–600 г кислых яблок
✓3–4 яйца
✓1 желток
✓ 3/ 4стакана муки
✓растительное масло и соль – по вкусу

Кабачки очистите от кожицы и семян, яблоки – от кожуры и сердцевины. Яйца тщательно взбейте. Кабачки и яблоки натрите на крупной терке и смешайте с яйцами. Затем всыпьте муку и все тщательно перемешайте.

Полученную массу уложите в смазанную растительным маслом форму, разровняйте и смажьте желтком. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Рагу с баклажанами, помидорами, топинамбуром, луком, петрушкой и укропом «Фрязинское»

✓250 г баклажанов
✓250 г топинамбура
✓200 г помидоров
✓3 луковицы
✓зелень петрушки, укропа, зеленый лук и соль – по вкусу

Топинамбур нарежьте ломтиками, баклажаны очистите от кожицы и нарежьте кружками. Налейте в кастрюлю с толстым дном три четверти стакана воды, посолите и поварите 3 минуты мелко нашинкованный лук и баклажаны. Затем добавьте топинамбур и поварите еще 2 минуты.

Кастрюлю поставьте на край плиты, положите в нее мелко нарезанные помидоры, дайте блюду настояться и обильно посыпьте мелко нашинкованной зеленью петрушки, укропа и зеленым луком.

Рагу с баклажанами, картофелем, капустой, морковью и луком «Луховицкое»

✓3 баклажана
✓3 картофелины
✓300 г капусты
✓2 шт. моркови
✓1–2 помидора (1–2 ст. ложки томатной пасты)
✓1 луковица
✓100 мл растительного масла ✓соль – по вкусу

Все овощи очистите, нарежьте крупными кубиками, капусту – квадратиками. Баклажаны, картофель, капусту обжарьте по

отдельности на растительном масле и уложите слоями, чередуя, в сотейник. Первым слоем положите капусту, затем – картофель и поверх него уложите баклажаны.

Лук и морковь обжарьте вместе, добавьте потертые помидоры (томатную пасту), потушите и залейте полученной смесью уложенные слоями овощи. Доведите до готовности на слабом огне или в духовке.

Запеченное рагу с баклажанами, сладким перцем, кабачками, помидорами, луком, петрушкой, чесноком и сыром «Тульчинское»

✓3 баклажана
✓3 кабачка
✓3 шт. сладкого перца
✓4 помидора
✓1 луковица
✓1 зубчик чеснока
✓4 ст. ложки растительного масла
✓лавровый лист, зелень петрушки, любой тертый сыр, перец и соль – по вкусу

Сладкий перец очистите от семян и нарежьте кольцами. Баклажаны очистите от кожицы и нарежьте кубиками. Кабачки очистите от кожицы и нарежьте кружками. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и каждый разрежьте на 8 долек.

Лук нашинкуйте, смешайте с измельченным чесноком и обжарьте в 2 ст. ложках растительного масла. Затем добавьте овощи, черный перец, лавровый лист, соль и потушите все на слабом огне почти до готовности.

Уложите в смазанную маслом форму, посыпьте тертым сыром и полейте оставшимся маслом. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре. Подавайте с белым хлебом.

Рагу с печеными баклажанами, сладким перцем, кабачками, морковью, чесноком, укропом, петрушкой и кинзой «Миниатюра»

✓3 средних по величине баклажана
✓ *2*шт. сладкого перца разного цвета
✓1 небольшой кабачок
✓2–3 помидора

✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓1–2 зубчика чеснока
✓растительное масло, зелень укропа, петрушки, кинзы, лавровый лист, перец и соль – по вкусу

Баклажаны запеките в духовке при температуре 200 °С, остудите, ложкой извлеките мякоть и нарубите ее. Лук мелко нарежьте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета.

Сладкий перец нарежьте мелкими кубиками. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы и нарежьте кубиками. Кабачок нарежьте кубиками, морковь натрите на средней терке.

В кастрюлю с толстым дном уложите баклажаны, кабачки, помидоры, сладкий перец, обжаренный лук, морковь и пропущенный через пресс чеснок. Добавьте лавровый лист, 2 ст. ложки растительного масла, посолите, поперчите, перемешайте и потушите 50–60 минут на минимальном огне. Подавайте, посыпав измельченной зеленью укропа, петрушки, кинзы.

Рагу с баклажанами, кабачками, помидорами, перцем-ассорти, чесноком, паприкой, кешью, орегано и базиликом «Аджапсандал по-мастерски»

✓750 г баклажанов
✓500 г кабачков средней зрелости
✓1 кг крупных помидоров
✓4 шт. сладкого зеленого перца
✓1 шт. красного жгучего перца
✓1–2 шт. моркови
✓600 г лука
✓6 зубчиков чеснока
✓1 ч. ложка паприки
✓2 щепотки молотого кешью
✓2 щепотки молотого сушеного орегано
✓ 2щепотки молотого сушеного базилика
✓100 мл растительного масла
✓ 2щепотки перца
✓ 2 ч. ложки морской соли

Кабачки и баклажаны вымойте, обсушите и нарежьте кружками толщиной 2 см. Затем порциями быстро обжарьте на небольшом количестве растительного масла с обеих сторон до золотистого цвета на сильном огне. Обжаренные овощи уложите слоями, чередуя, в кастрюлю с толстым дном.

Лук крупно нарежьте и обжарьте, помешивая, на растительном масле в сотейнике на среднем огне. Добавьте нарезанную тонкими кружками морковь и обжарьте все, помешивая, в течение 5–7 минут. Спустя это время положите нарезанные брусочками помидоры с удаленной плодоножкой, посолите, поперчите и потушите полученный соус в течение 10–15 минут.

Сладкий перец очистите от плодоножки, семян, нарежьте кольцами толщиной 2 см и уложите поверх обжаренных кабачков и баклажанов. Посолите, поперчите, посыпьте паприкой, молотым кешью, орегано, базиликом, добавьте нарубленный чеснок и мелко нарезанный жгучий перец.

Залейте все соусом, накройте крышкой, подержите 10 минут на сильном огне, затем уменьшите огонь и потушите 20 минут. Для получения более густого рагу потушите его без крышки, перемешав несколько раз, на 10 минут дольше.

В снятое с огня блюдо добавьте пропущенный через пресс чеснок, осторожно перемешайте снизу вверх несколькими движениями и дайте настояться. Подавайте как самостоятельное блюдо или со спагетти, картофелем, фасолью. В холодном виде подавайте с адыгейским сыром или брынзой, предложив в качестве напитка кефир со льдом.

Запеканка с тыквой, хлебом, молоком, изюмом и курагой «Сказка Шарля Перро»

- ✓1 кг тыквы
- ✓ $^1/_2$стакана кураги и изюма
- ✓200 г белого хлеба
- ✓1 яйцо
- ✓1 стакан молока
- ✓2 ст. ложки сахара
- ✓1 ст. ложка панировочных сухарей
- ✓1 ст. ложка маргарина

Тыкву очистите от кожуры и семян, нарежьте кусочками, сварите в молоке и разомните в пюре. Хлеб замочите, разомните, курагу и изюм немного поварите, смешайте с тыквой и всыпьте в смесь сахар.

Полученную массу тщательно перемешайте, уложите в смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями форму. Поверхность смажьте яйцом, смешанным с 2 ст. ложками молока или воды. Запекайте в духовке 20 минут при средней температуре.

Запеканка с тыквой, картофелем, маслом и сыром «Чудеса начинаются!»

✓700–800 г тыквы
✓2 картофелины
✓100 г тертого твердого сыра
✓ *2*яйца
✓50 г сливочного масла и 1 ст. ложка – для смазывания формы
✓перец и соль – по вкусу

Тыкву очистите от кожуры и семян, нарежьте кубиками, поварите 20 минут в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг. Картофель сварите отдельно. Тыкву и картофель разомните, смешайте, добавьте взбитые яйца, размягченное сливочное масло, перец и соль.

Полученную массу уложите ровным слоем в смазанную 1 ст. ложкой масла форму и посыпьте сыром. Запекайте в духовке 20 минут при средней температуре.

Запеканка с тыквой, морковью, сливками, луком-пореем, зеленью, яйцами, имбирем и сыром «Золушка едет на бал»

✓1 кг тыквы
✓2–3 шт. моркови
✓500 г лука-порея
✓ *2*луковицы
✓4 яйца
✓100 г обжаренных семян подсолнечника
✓100 г тертого сыра
✓200 мл сливок
✓1 пучок зеленого лука
✓1 зубчик чеснока
✓зелень укропа или петрушки, растительное масло, молотый имбирь, перец и соль – по вкусу

Мякоть тыквы и морковь нарежьте кубиками, зеленый лук и лук-порей – кольцами. Репчатый лук и чеснок нарубите и обжарьте на растительном масле. Добавьте морковь, все слегка обжарьте, положите лук-порей, зеленый лук, тыкву и обжарьте все в течение 5 минут. Затем приправьте солью, перцем, имбирем и всыпьте половину нормы семян. Полученную массу перемешайте и уложите в смазанную маслом форму.

Взбейте яйца со сливками, смешайте с сыром, посолите, поперчите, влейте в форму и посыпьте оставшимися семенами.

Запекайте в духовке 20 минут при температуре 200 ˚С. Подавайте, посыпав измельченной зеленью укропа и петрушки.

Запеканка с тыквой, миндалем, сыром пармезан, яйцами и корицей «Для влюбленных»

✓400 г тыквы
✓100 г молотого миндаля
✓100 г тертого сыра пармезан
✓5 яиц
✓ 1/2ч. ложки молотой корицы
✓сливочное масло, перец и соль – по вкусу

Мякоть тыквы нарежьте кубиками и потушите, изредка помешивая, в небольшом количестве воды на среднем огне до готовности. Заправьте солью, перцем, корицей и взбейте миксером. В подготовленное пюре добавьте половину нормы измельченного в порошок миндаля, половину нормы сливочного масла и перемешайте.

Взбейте яйца с половиной нормы сыра и аккуратно введите пюре в яично-сырную смесь, добавляя его небольшими порциями. Если нужно, посолите и поперчите. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Посыпьте оставшимся порошком миндаля и остатком тертого сыра. Поверх разложите несколько кусочков сливочного масла. Запекайте в духовке около 30 минут при температуре 200 ˚С.

Рагу с тыквой, баклажанами, помидорами, луком, пряной зеленью и грецкими орехами «Корфу»

✓400 г тыквы
✓400 г баклажанов
✓400 г лука
✓200 г любой пряной зелени
✓200 г помидоров
✓ 2грецких ореха
✓лимонный сок или вино, растительное масло, пряности и соль – по вкусу

Мякоть тыквы и очищенные от кожицы баклажаны нарежьте кубиками, лук мелко нашинкуйте и потушите все на растительном масле с добавлением воды. В конце тушения добавьте нарезанные дольками помидоры, лимонный сок или вино, пряности, измельченные грецкие орехи. Подавайте, обильно посыпав рубленой пряной зеленью.

Запеченное рагу с тыквой, сладким перцем, помидорами, чесноком и эстрагоном «Йоркширское»

✓750 г мякоти тыквы
✓500 г помидоров
✓1 шт. сладкого перца
✓ *2*луковицы
✓1 зубчик чеснока
✓1 пучок эстрагона
✓4 ст. ложки растительного масла
✓перец и соль – по вкусу

Лук разрежьте на 8 частей, чеснок нарубите. Помидоры подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, разрежьте на 4 части и удалите семена. Перец очистите от семян и нарежьте полосками. Тыкву нарежьте кубиками со стороной 3 см.

Разогрейте растительное масло в форме с крышкой и обжарьте лук до прозрачности. Затем добавьте нарезанные овощи, потушите 3 минуты, помешивая, слегка посолите и поперчите. Запекайте в духовке 1 час при температуре 180 ˚С. Подавайте, посыпав измельченным эстрагоном.

Рагу с тыквой, помидорами, морковью, сладким перцем, луком, чесноком, мускатным орехом и корицей «Каротин полезен для здоровья»

✓500 г мякоти тыквы
✓6 помидоров
✓1 шт. сладкого красного перца
✓1 шт. моркови
✓1 луковица
✓3 зубчика чеснока
✓ *2*ст. ложки томатного соуса
✓1 шт. перца чили
✓ $^1/_4$ч. ложки молотого мускатного ореха
✓ $^1/_4$ч. ложки молотой корицы
✓растительное масло, любая зелень, приправы и соль – по вкусу

Тыкву нарежьте кубиками, обжарьте на растительном масле до готовности и переложите в другую емкость. Морковь нарежьте мелкими кубиками и обжарьте до полуготовности. Добавьте нашинкованный лук, нарезанный кусочками сладкий перец и потушите все, помешивая, около 5 минут.

Затем положите нарезанные кубиками помидоры,

измельченный чеснок, перец чили, томатный соус, посолите, добавьте корицу и приправы. Потушите 10–15 минут до загустения и снимите с огня. В готовое блюдо положите обжаренную тыкву и все перемешайте. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу с репой, картофелем, морковью, луком и молоком «Дедкино»

✓1–2 шт. крупной репы
✓3–4 картофелины
✓1 шт. крупной моркови
✓1 луковица
✓1 стакан молока
✓растительное масло, специи и соль – по вкусу

Очищенные репу и морковь нарежьте кубиками и поварите 10 минут в небольшом количестве воды. Затем добавьте немного молока и потушите на слабом огне под крышкой.

Лук крупно нарежьте и обжарьте на растительном масле вместе с нарезанным кусочками картофелем до румяной корочки. Обжаренные картофель и лук положите к репе и моркови. Влейте оставшееся молоко и потушите, пока овощи не станут мягкими.

Запеченное рагу с овощным ассорти, молоком, зажаркой «Магги», сыром и зеленью «Скоростное»

✓400 г замороженной овощной смеси (цветная капуста, морковь, сладкий перец, зеленый горошек и т. п.)
✓100 г любого тертого сыра
✓200 мл молока
✓1 ст. ложка зажарки «Магги»
✓любая зелень – по вкусу

Овощную смесь разморозьте, дайте воде стечь, залейте молоком, добавьте зажарку, доведите до кипения на среднем огне и потушите 5 минут. Подготовленные овощи уложите слоями в форму, каждый слой посыпая тертым сыром, и неплотно накройте форму крышкой. Запекайте в духовке 25 минут при температуре 180 °C. Подавайте, посыпав любой рубленой зеленью.

Рагу с патиссонами, помидорами, морковью, луком, чесноком и зеленью «Павловское»

✓2 патиссона

✓1 крупный помидор
✓ *2*шт. моркови
✓1 луковица
✓ *2*зубчика чеснока
✓растительное масло, любая зелень и соль – по вкусу

Морковь нарежьте кружками, лук – полукольцами и все обжарьте в небольшом количестве растительного масла. Патиссоны нарежьте кубиками и отдельно обжарьте почти до готовности.

Добавьте нарезанные крупными дольками помидоры, посолите и потушите 5 минут. Затем добавьте морковь с луком, перемешайте, потушите 2–3 минуты и снимите с огня. В готовое блюдо положите рубленую зелень, измельченный чеснок и оставьте на 5 минут под крышкой.

Рагу с каштанами, корнем сельдерея, морковью, грушами, луком и тимьяном «Из меню ресторанчика на Елисейских полях»

✓200 г жареных каштанов
✓2 груши
✓ *2*корня сельдерея
✓4 шт. моркови
✓3 луковицы
✓50 г сливочного масла
✓ *2*ст. ложки оливкового масла
✓тимьян и соль – по вкусу

Морковь нарежьте кружками, сельдерей кубиками. В оливковом масле обжарьте нашинкованный лук, добавьте морковь, сельдерей, тимьян и немного воды. Потушите все 30 минут на слабом огне.

Затем добавьте нарезанные кубиками груши, каштаны, посолите, поперчите, положите сливочное масло и потушите 5 минут. Подавайте в горячем виде с птицей, телятиной или свининой.

Картофельный суп с консервированным рагу из овощей и сливками «Холостякам везет»

✓500 г консервированного рагу из овощей (заводского или домашнего приготовления)
✓3 картофелины средней величины
✓1 л 500 мл воды
✓сливки и соль – по вкусу

Картофель нарежьте кубиками и сварите в подсоленной воде до готовности. Добавьте консервы, при необходимости посолите и доведите до кипения. Подавайте со сливками.

(Консервированное рагу из овощей готовят из нарезанных баклажанов или кабачков, моркови, лука и помидоров, обжаренных на растительном масле с добавлением специй. Внешний вид рагу – кусочки овощей в томатном соусе.)

Блюда с творогом, сыром, фруктами и ягодами

Творожные блюда и рагу с сыром

Творожная запеканка с помидорами, сметаной, укропом и чесноком «Для красных, белых и зеленых»

✓250 г жирного творога
✓6 помидоров
✓150–170 г сметаны
✓3 зубчика чеснока
✓3 яйца
✓2 ст. ложки муки
✓ *2*ст. ложки кетчупа
✓ $^1/_2$ч. ложки сладкой или острой паприки
✓1 ст. ложка манной крупы
✓ $^1/_2$стакана мелко нарезанного укропа
✓маргарин, перец и соль – по вкусу

Помидоры мелко нарежьте и слейте образовавшийся сок. Подготовленные помидоры смешайте с творогом, сметаной и взбитыми яйцами. Затем добавьте муку, кетчуп, укроп, пропущенный через пресс чеснок, паприку, соль и перец.

Полученную массу тщательно перемешайте и уложите в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму. Запекайте в духовке около 50 минут при средней температуре.

Творожная запеканка с картофелем, цветной капустой, сыром и сметаной «Бова-королевич»

✓150 г жирного творога
✓3 картофелины
✓1 кочан цветной капусты
✓100 г любого тертого сыра
✓4 яйца
✓1 стакан молока
✓4–5 ст. ложек сметаны
✓манная крупа, маргарин, перец и соль – по вкусу

Картофель сварите в подсоленной воде и разомните в пюре. Цветную капусту разберите на соцветия, залейте водой, чтобы она только покрыла капусту, и сварите до полуготовности. Затем слейте воду и разомните капусту до получения пюре. Добавьте молоко, взбитые яйца, подготовленный картофель и все тщательно перемешайте.

В полученную смесь положите творог, сметану, соль, перец и

взбейте до получения однородной массы. Затем уложите массу в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму и посыпьте тертым сыром. Запекайте в духовке 55 минут при средней температуре.

Творожная запеканка с картофелем и яйцами «Люли-люли»

✓1 кг жирного творога
✓8 картофелин
✓1 яйцо
✓молоко, растительное масло и соль – по вкусу

Творог протрите через сито, добавьте соль, взбитое яйцо, слегка разбавьте молоком и тщательно перемешайте смесь. Картофель сварите (или нарежьте ломтиками и обжарьте в небольшом количестве масла) в подсоленной воде, обсушите и нарежьте ломтиками.

Картофель смешайте с подготовленным творогом. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре.

Творожная запеканка с брокколи, сметаной и мускатным орехом под сливочным соусом «Дарлинг»

✓200 г творога
✓600 г брокколи
✓150–170 г сметаны
✓ 1/ 4ч. ложки молотого мускатного ореха
✓4 яйца
✓2–3 ст. ложки муки
✓1 ст. ложка манной крупы
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Для сливочного соуса:

✓ 1/ 2стакана сливок
✓1–2 ст. ложки сливочного масла
✓1 ст. ложка муки
✓молотый мускатный орех, перец и соль – по вкусу

Брокколи нарежьте и смешайте с растительным маслом, сметаной, растертым творогом, взбитыми яйцами, мукой и молотым мускатным орехом. Смесь тщательно перемешайте, посолите, поперчите и еще раз тщательно перемешайте.

Полученную массу уложите в смазанную растительным маслом и слегка посыпанную манной крупой форму. Запекайте в

духовке около 50 минут при средней температуре. Горячую запеканку полейте соусом и дайте ей пропитаться 5 минут.

Для соуса растопите сливочное масло, добавьте муку и размешайте до получения однородной массы. Затем влейте сливки, поварите все до загустения, посолите, поперчите, добавьте мускатный орех и снимите с огня. Полученный соус тщательно перемешайте.

Творожная запеканка с цветной капустой, яйцами и сыром «Лямур»

✓200 г жирного творога
✓400 г цветной капусты
✓1 стакан любого тертого сыра
✓4 яйца
✓сливочное масло и соль – по вкусу

Цветную капусту сварите в подсоленной воде и разберите на соцветия. Затем мелко нарубите, добавьте сыр,

взбитые яйца, протертый творог, посолите и все тщательно взбейте до получения однородной массы.

Полученную массу уложите ровным слоем в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке 20–25 минут при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Творожная запеканка с зеленым луком и яйцами «Тужур»

✓500 г жирного творога
✓100 г зеленого лука
✓5 яиц
✓2 ст. ложки муки
✓1 ст. ложка манной крупы
✓маргарин, перец и соль – по вкусу

Зеленый лук мелко нарежьте. Отделите белки от желтков. Смешайте творог, муку, желтки и лук. Смесь посолите, поперчите и взбейте до получения однородной массы. Отдельно взбейте белки в крепкую пену и осторожно добавьте к творожной смеси.

Полученную массу аккуратно уложите в смазанную маргарином и посыпанную манной крупой форму. Запекайте в духовке около 35 минут при средней температуре, пока запеканка не поднимется и не зарумянится.

Творожная запеканка с морковью, шпинатом,

яблоками, инжиром и изюмом «Бонжур»

✓200 г творога
✓1 шт. небольшой моркови
✓3–4 ст. ложки шпината
✓2 яблока
✓2–3 ст. ложки инжира
✓2–3 ст. ложки изюма
✓ *2*яйца
✓1 ст. ложка манной крупы
✓сливочное масло, сахар и соль – по вкусу

Морковь нашинкуйте и потушите в небольшом количестве сливочного масла и воды до готовности. Добавьте мелко нарезанный шпинат и потушите все еще 5 минут. Затем положите мелко нарубленные яблоки, инжир, 1 взбитое яйцо и перемешайте полученную массу.

Творог протрите через сито, смешайте с манной крупой, сахаром, оставшимся яйцом и изюмом. В смазанную маслом форму (или в порционные формочки) уложите слоями, чередуя, творог и овощи с фруктами (всего 4 слоя). Верх разровняйте и сбрызните растопленным маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Творожная запеканка с фенхелем, яйцами и кориандром «Меломанская»

✓500 г нежирного творога
✓ *2*стебля фенхеля
✓3 яйца
✓ *2*сваренных вкрутую яйца
✓ $^{1}/_{2}$стакана нарезанного кориандра
✓ *2*ст. ложки картофельной муки
✓ *2*ст. ложки сливочного масла
✓перец и соль – по вкусу

Стебли фенхеля разрежьте на 4 части, сварите до готовности и откиньте на дуршлаг. Фенхель разомните в пюре, вареные яйца мелко нарежьте и смешайте с творогом, картофельной мукой, размягченным маслом и кориандром. После добавления каждого продукта смесь тщательно перемешивайте.

Затем влейте взбитые яйца, посолите, поперчите и все тщательно перемешайте до получения однородной массы. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке 50 минут при средней температуре.

Творожник с топленым маслом, ванилином и апельсинной цедрой «Бабушкинский»

✓500 г творога
✓ *2*ст. ложки топленого масла
✓ *2*ст. ложки муки
✓1 яйцо
✓3 ст. ложки сахара
✓1 ст. ложка панировочных сухарей
✓ванилин, апельсинная цедра, сливочное масло, сметана и соль – по вкусу

Яйца взбейте с сахаром. Творог дважды пропустите через мясорубку, добавьте яйца с сахаром, подогретое топленое масло, соль, муку, ванилин, натертую на мелкой терке апельсинную цедру и все тщательно перемешайте.

Полученную массу уложите в смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями форму, разровняйте, смажьте сметаной и сбрызните растопленным сливочным

маслом. Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре. Подавайте, полив сладким соусом из ягод или сметаной.

Гречневый крупеник с творогом, сметаной и ванилином «Тряхнем стариной»

✓1 $^{1}/_{2}$стакана творога
✓1 $^{1}/_{2}$стакана гречневой крупы
✓1 стакан сметаны
✓3 яйца
✓4 ст. ложки сахара
✓4 ст. ложки сливочного масла
✓ванилин и соль – по вкусу

Сварите рассыпчатую гречневую кашу, слегка охладите ее, смешайте с протертым творогом, взбитыми яйцами, сахаром, сметаной, ванилином и тщательно перемешайте. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Гречневый крупеник с творогом, лимонной цедрой и корицей «Импровизационный»

✓400 г творога
✓300 г гречневой крупы

✓цедра 1 лимона
✓2 стакана молока
✓1 стакан воды
✓100 г сливочного масла
✓2 яйца
✓4 ст. ложки сахара
✓корица, молотые сухари и соль – по вкусу

Гречневую крупу обжарьте на сухой сковороде, всыпьте в кипящую воду, добавьте соль, масло и поварите на слабом огне до разбухания крупы. Затем влейте молоко и поварите, пока каша не станет густой. Творог смешайте с взбитыми яйцами, сахаром, корицей и лимонной цедрой. Подготовленный творог тщательно смешайте с кашей.

Полученную массу уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму и поверх разложите кусочки масла. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте в холодном или горячем виде со сметаной или сладким соусом.

Творожная запеканка с рисом, орехами, лимонной цедрой и красным перцем «Попурри»

✓200 г творога
✓ 1/ 2стакана риса
✓ 1/ 4стакана любых орехов
✓3 ст. ложки сливок
✓1 ч. ложка лимонного сока
✓1 яйцо
✓ 2ст. ложки панировочных сухарей
✓лимонная цедра, растительное масло, красный молотый перец и соль – по вкусу

Рис сварите в подсоленной воде, откиньте на сито и дайте воде стечь. Орехи измельчите и смешайте с творогом, рисом, сливками, лимонным соком, цедрой и перцем.

Полученную массу уложите в смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями форму. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при средней температуре. Подавайте в горячем или холодном виде с томатным соусом.

Кукурузный крупеник с творогом, молоком, изюмом, лимонной цедрой и грецкими орехами «Амброзия»

✓600 г творога

✓100 г кукурузной крупы
✓3–4 ст. ложки изюма
✓3–4 ст. ложки толченых грецких орехов
✓4 яйца
✓3–4 ст. ложки муки
✓100 мл молока
✓2–3 ст. ложки сахара
✓цедра 1 лимона
✓сливочное масло, панировочные сухари и ванилин – по вкусу

Отделите белки от желтков. Творог протрите через сито и вмешайте в него 4 желтка, растопленное сливочное масло, молоко, сахар, цедру лимона, ванилин, кукурузную крупу, муку, изюм и орехи. Все тщательно перемешайте и осторожно введите 4 взбитые белка.

Полученную массу уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Пшенный крупеник с творогом, изюмом, яйцами и молоком «Три богатыря»

✓300 г творога
✓1 стакан пшена
✓100 г изюма
✓300 мл молока
✓6 яиц
✓сметана, сахар, молоко, сливочное масло и соль – по вкусу

Пшено промойте несколько раз и сварите на молоке с добавлением сливочного масла и соли. Остывшую кашу смешайте с протертым творогом, добавьте изюм, 5 взбитых яиц и сахар.

Полученную массу тщательно перемешайте и уложите в смазанную маслом форму. Поверхность смажьте оставшимся яйцом, взбитым со сметаной. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Творожная запеканка с яблоками, мандаринами и курагой «Много тройских унций»

✓500 г творога
✓3–4 кислых яблока
✓1–2 мандарина
✓ $^1/_2$стакана кураги
✓1 белок

✓1 ст. ложка муки
✓ 3/ 4ч. ложки соды
✓растительное масло и манная крупа – по вкусу

Смешайте творог с белком, мукой, содой, очищенными и нарезанными яблоками. Затем добавьте отваренную в течение 5 минут курагу и разобранные на дольки мандарины.

Полученную массу тщательно перемешайте и уложите в смазанную растительным маслом и посыпанную манной крупой форму. Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре.

Творожная запеканка с малиной, яйцами и маслом «Миссис Ипи»

✓400 г творога
✓400 г малины
✓2 яйца
✓2 ст. ложки манной крупы
✓сливочное масло и сахар – по вкусу

Творог протрите через сито, добавьте размягченное сливочное масло, взбитые яйца, манную крупу, сахар и все тщательно перемешайте. Половину полученной массы уложите ровным слоем в смазанную маслом форму.

Поверх разложите малину, накройте ее оставшейся творожной массой и посыпьте сахарным песком. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, полив сметаной или любым ягодным сиропом.

Творожная запеканка с брусникой, сливками, хлебом и корицей «Мисс Ури»

✓500 г творога
✓300 г брусники
✓6 ломтиков белого хлеба
✓3 яйца
✓1 стакан и 1 ст. ложка сахара
✓100 мл сливок
✓2 ч. ложки корицы
✓1 ч. ложка ванильного сахара
✓сливочное масло – по вкусу

Хлеб смажьте сливочным маслом и нарежьте небольшими кубиками. Уложите половину кубиков в смазанную маслом форму. Поверх них уложите половину нормы брусники и посыпьте ее частью смеси из 1 ст. ложки сахара и корицы.

Смешайте творог, взбитые яйца, сливки, сахар и ванильный сахар. Половину полученной смеси уложите в форму, затем – оставшийся хлеб, поверх него – оставшуюся бруснику, посыпав ее сахаром с корицей, и последним слоем положите оставшуюся творожную смесь. Запекайте в духовке около 25 минут при температуре 200 ˚С. Подавайте в горячем или холодном виде.

Медовый творожник «Трефовый король»

✓500 г творога
✓2–3 ст. ложки жидкого меда
✓ 1/ 2стакана сахара
✓2 яйца
✓3–4 ст. ложки манной крупы
✓1 ст. ложка сливочного масла

Творог протрите через сито, добавьте мед, сахар, взбитые яйца, манную крупу и все тщательно перемешайте. Полученную массу уложите в смазанную сливочным маслом форму. Запекайте в духовке 35–40 минут при средней температуре.

Творожник с хлебом, изюмом и яблоками «Бубновый туз»

✓500 г творога
✓8 ломтиков белого хлеба
✓ 2яблока
✓3 ст. ложки изюма
✓4 яйца
✓ 2ст. ложки манной крупы
✓3 ст. ложки сахара
✓ 2/ 3стакана молока
✓сливочное масло и соль – по вкусу

Белки отделите от желтков (желтки используйте для приготовления других блюд). Белки взбейте и смешайте с творогом, 2 ст. ложками сахара, манной крупой, изюмом и мелко нарезанными яблоками. Хлеб замочите в молоке, смешанном с 1 ст. ложкой сахара.

В смазанную сливочным маслом форму уложите 4 ломтика хлеба, на каждый из них положите творожную массу, накройте ее ломтиком хлеба и сбрызните растопленным маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте со сметаной.

Творожная запеканка с персиками, медом, вином,

изюмом, лимоном, сахарной пудрой и миндалем «Козырная»

✓400 г диетического творога
✓3 персика
✓2 ст. ложки меда
✓120–130 мл сухого белого вина
✓4–5 ст. ложек измельченного миндаля
✓2–3 ст. ложки изюма
✓сок и тертая цедра $^{1}/_{2}$лимона
✓ *2*яйца
✓ *2*ст. ложки сахара
✓1–2 ст. ложки сахарной пудры
✓1–2 ст. ложки манной крупы
✓сливочное масло – по вкусу

Персики подержите немного в кипятке, обдайте холодной водой, очистите от кожицы, разрежьте пополам и удалите косточки. Один персик нарежьте дольками и отложите. Персики вместе с вином, медом, цедрой и соком лимона потушите 3 минуты под крышкой на сильном огне. Подготовленные персики уложите в форму.

Отделите белки от желтков. Желтки разотрите с сахаром до получения однородной массы. Смешайте творог, образовавшуюся при тушении персиков жидкость, манную крупу, изюм, две трети нормы миндаля и растертые желтки. Затем добавьте белок, взбитый в крепкую пену.

Полученную массу уложите поверх половинок персиков, затем разложите дольки персика, посыпьте смесью из оставшегося миндаля и сахарной пудры и разложите кусочки сливочного масла. Запекайте в духовке около 20 минут при средней температуре.

Лимонный творожник с цукатами, изюмом и сметанным кремом «Богатенький»

✓1 кг творога
✓ 100 г изюма
✓8 яиц
✓4 ст. ложки манной крупы
✓цедра 1 лимона
✓2–3 ст. ложки цукатов
✓150 г сливочного масла
✓250 г сахара
✓2–3 ст. ложки панировочных сухарей

✓кусочки лимона или мармелад «Лимонные дольки» – для украшения

Для сметанного крема:

✓ $^1/_2$стакана сметаны

✓200 г сахара

✓сок 1 лимона

✓1 ст. ложка сливочного масла

✓ванилин – по вкусу

Творог пропустите через мясорубку, белки отделите от желтков. Желтки разотрите с сахаром, размягченным сливочным маслом и смешайте с творогом. Затем добавьте взбитые белки, манную крупу, изюм, цукаты и тертую лимонную цедру.

Полученную массу уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Запекайте в духовке 1 час при средней температуре. Подавайте, полив кремом и украсив кусочками лимона или мармеладом.

Для крема смешайте сахар, сметану и поварите все 10–15 минут. Затем разотрите полученную массу со сливочным маслом, ванилином и лимонным соком.

Творожный каравай «Кого хочешь – выбирай!»

✓150 г творога

✓250 г черствого белого хлеба

✓ $^3/_4$стакана молока

✓1 яйцо

✓1 ст. ложка молотых сухарей

✓1–2 ч. ложки сахарной пудры

✓2–3 ст. ложки маргарина

Кусочки хлеба залейте на 30–40 минут горячим молоком, отожмите и пропустите через мясорубку. Затем добавьте маргарин, творог, сахар, яйцо и все тщательно перемешайте.

Полученную массу уложите в смазанную маргарином и посыпанную молотыми сухарями форму. Запекайте в духовке 30–40 минут при средней температуре. Подавайте, посыпав сахарной пудрой.

Рагу с индийским сыром панир, баклажанами, картофелем, кумином, кориандром и куркумой «Астральное»

✓400 г сыра панир

✓2 баклажана

✓4 картофелины

✓ *2*стакана сыворотки
✓ *2*ч. ложки семян кумина
✓1 щепотка асафетиды
✓1 ч. ложка соли
✓зелень укропа, петрушки, молотый кориандр, куркума и топленое масло – по вкусу

Для получения 500 г сыра панир:

✓3 л жирного пастеризованного молока
✓соль – по вкусу
✓куркума и тмин – по желанию

Для створаживания 1 л молока:

✓ *2*ст. ложки лимонного сока
✓или 1 ч. ложка лимонной кислоты
✓или 150 мл натурального йогурта (кефира)
✓или 250 мл сыворотки

Растопите топленое масло и обжарьте в нем последовательно до золотисто-коричневого цвета кубики картофеля, баклажанов и сыра панир. Каждый обжаренный продукт перекладывайте в сухую миску.

Семена кумина обжарьте в 1 ст. ложке топленого масла, затем добавьте асафетиду, куркуму, молотый кориандр, сразу осторожно влейте сыворотку и посолите. Полученную смесь доведите до кипения, добавьте обжаренные картофель, баклажаны и сыр.

Все перемешайте и потушите на слабом огне около 20 минут, пока овощи не станут сочными, блестящими и мягкими (но не разваренными) и сыр панир полностью не пропитается жидкостью. Подавайте в горячем виде, посыпав рубленой зеленью укропа и петрушки.

Для получения сыра панир молоко нагрейте, не пропустив самого начала закипания. Как только начнет подниматься пенка, добавьте, медленно помешивая, любую створаживающую закваску обязательно комнатной температуры.

Иногда даже при большом количестве створаживающего вещества молоко сворачивается частично и остается беловатым. В этом случае снятое с огня молоко оставьте створаживаться еще на несколько часов, пока все твердые частицы не поднимутся на поверхность, образовав плотный творожный слой.

Как только молоко свернется, откиньте массу на дуршлаг, выстланный марлей в 2 слоя, и дайте стечь сыворотке. Полученную основу для сыра положите в кастрюлю, посолите, по желанию добавьте куркуму, тмин и нагрейте, помешивая, до получения вязкой массы. Переложите ее в марлю и поместите под груз на 2 суток.

Рагу с сыром тофу, брокколи, тыквой, картофелем, кабачками, сладким перцем, чесноком и укропом «Долой авитаминоз!»

✓150 г сыра тофу с чесноком и зеленью
✓300 г брокколи
✓200–300 г тыквы
✓4 картофелины
✓1 молодой кабачок
✓1 шт. сладкого желтого перца
✓1 шт. моркови
✓2 луковицы
✓4 зубчика чеснока
✓1 пучок укропа
✓растительное масло, перец и соль – по вкусу

Брокколи поварите 5 минут в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг и разберите на соцветия. Картофель, морковь, тыкву и кабачок крупно нарежьте, лук нарежьте полукольцами. Сладкий перец и сыр тофу нарежьте крупными полосками.

Лук и морковь обжарьте на растительном масле в течение 10 минут на среднем огне. Затем положите картофель, посолите, поперчите и потушите 15–20 минут под крышкой.

Спустя это время добавьте тыкву, кабачок, сладкий перец и потушите все на среднем огне под крышкой. За 5 минут до готовности положите сыр тофу, рубленые зелень укропа, чеснок и брокколи. Все перемешайте, снимите с огня и оставьте на 2–3 минуты под крышкой. Подавайте с макаронами.

Рагу с брынзой, картофелем, кабачками, морковью, луком, сливками, куркумой и шафраном «Балдежное»

✓200 г брынзы
✓1 кг картофеля
✓4 небольших кабачка
✓4 шт. моркови
✓ *2*луковицы
✓500 мл сливок
✓растительное масло, куркума, шафран, перец и соль – по вкусу

Картофель, кабачки, морковь и лук нарежьте кубиками. Обжарьте отдельно на растительном масле картофель и кабачки. Морковь и лук можно обжарить вместе.

Уложите все в сотейник, посолите, поперчите, добавьте

куркуму и шафран. Залейте все сливками и потушите до готовности. Затем снимите с огня, добавьте нарезанную кубиками брынзу и перемешайте. Подавайте как в холодном, так и в горячем виде.

Рагу с адыгейским сыром, луком, чесноком, яйцами, зеленью и красным перцем «Кояж национальный»

✓500 г адыгейского сыра
✓ *2*луковицы
✓3 зубчика чеснока
✓ *2*яйца
✓любая зелень, растительное масло, молотый красный и черный перец, соль – по вкусу

Чеснок мелко нарежьте, лук нашинкуйте и обжарьте все на растительном масле до золотистого цвета. Добавьте нарезанный кубиками адыгейский сыр, перемешайте, убавьте огонь до минимума и потушите 5 минут под крышкой.

Смесь посолите, поперчите, тщательно перемешайте и подсушите до золотистого цвета на сильном огне без крышки. Затем влейте взбитые яйца, дайте им схватиться и снимите блюдо с огня. Подавайте, посыпав мелко нарезанной зеленью.

Фруктово-ягодные запеканки

Яблочная запеканка с рисом, яйцами, сахаром и ванилью «К Дню освобождения тибетцев»

✓500 г яблок
✓ 3/ 4стакана риса
✓3 яйца
✓ 1/ 3стакана и 3 ст. ложки сахара
✓50 г сливочного масла
✓2 ст. ложки муки
✓ванилин, растительное масло – по вкусу

Рис сварите в слегка подсоленной воде, откиньте на сито и остудите. Яблоки нарежьте кусочками, уложите в обильно смазанную растительным маслом форму и посыпьте 3 ст. ложками сахара. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 220 ˚С. Когда яблоки подвялятся и верхний слой начнет слегка менять цвет, извлеките форму из духовки и уменьшите температуру до 200 ˚С.

Размягченное сливочное масло взбейте с сахаром, добавьте яйца, муку и ванилин. Поверх яблок уложите рис и залейте его яичной массой. Накройте форму фольгой, чтобы не подсыхал верх. Запекайте в духовке 25–30 минут до застывания яичной массы не только по краям, но и в середине. Подавайте, перевернув запеканку на блюдо.

Яблочная запеканка с рисом, медом, сливочным маслом и корицей «Шанхайская»

✓5 кислых яблок
✓1 стакан риса
✓2–3 ст. ложки меда
✓1–2 ч. ложки молотой корицы
✓70-100 г сливочного масла
✓сахар и соль – по вкусу

Рис сварите до полуготовности в 4 стаканах подсоленной воды и откиньте на сито. Яблоки очистите от кожуры, сердцевины, нарежьте небольшими брусочками и потушите на сливочном масле, затем добавьте сахар, корицу, мед и доведите до готовности.

Половину риса уложите в смазанную маслом форму. Поверх разложите половину подготовленных яблок, затем – оставшийся

рис и поверх него – остаток яблок. Запекайте в духовке до размягчения яблок при средней температуре.

Яблочная запеканка с овсяными хлопьями, сахаром и корицей «Ливерпульская четверка»

✓500 г яблок
✓1 $^{1}/_{2}$стакана овсяных хлопьев
✓ $^{1}/_{2}$стакана и 2 ст. ложки сахара
✓3–4 ст. ложки сливочного масла
✓корица – по вкусу

Яблоки нарежьте крупными дольками и посыпьте смесью из 2 ст. ложек сахара и корицы. Подготовленные яблоки уложите в форму. Размягченное масло взбейте с оставшимся сахаром, добавьте хлопья и все тщательно перемешайте. Полученную массу уложите поверх яблок. Запекайте в духовке 20–30 минут при температуре 200 ˚С.

Яблочная запеканка с ржаным хлебом и молоком «Русская тройка»

✓2–3 яблока
✓200 г черствого ржаного хлеба
✓1 стакан молока
✓2 ст. ложки сахара
✓ *2*яйца
✓50 г сливочного масла
✓маргарин и корица – по вкусу

Черный хлеб натрите на терке и смешайте с корицей и частью сахара. Яблоки нарежьте ломтиками, удалив сердцевину. В смазанную маргарином форму уложите половину хлеба и слегка смажьте его сливочным маслом. Затем положите ломтики яблок, посыпьте сахаром и разложите кусочки сливочного масла. Поверх уложите оставшийся хлеб.

Смешайте молоко с взбитыми яйцами и влейте смесь в форму. Запекайте в духовке 25–30 минут при средней температуре. Подавайте в горячем или холодном виде с молоком.

Запеканка с консервированными фруктами, молоком, ванильным сахаром и пряниками «Тульская»

✓ 8-10 пряников
✓500 мл молока

✓3–4 яйца
✓ 1/ 2стакана сахара
✓1 пакетик ванильного сахара
✓консервированные фрукты (половинки персиков, крыжовник, сливы, абрикосы и проч.), сливочное масло и соль – по вкусу

Отделите белки от желтков. В смазанную сливочным маслом форму уложите пряники. Молоко, желтки, соль, ванильный сахар тщательно смешайте и залейте полученной смесью пряники. Форму поставьте в кастрюлю с теплой водой и поместите в разогретую духовку.

Белки взбейте и смешайте с сахаром. Форму с затвердевшей яичной массой извлеките из духовки, уложите в нее фрукты и залейте их взбитыми белками. Запекайте в духовке до готовности при минимальной температуре.

Вишневая запеканка с белым хлебом, молоком и корицей «Карамболина»

✓500 г вишни
✓400 г черствого белого хлеба
✓500 г молока
✓100 г маргарина
✓2 яйца
✓ 1/ 2стакана сахара
✓корица и панировочные сухари – по вкусу

Белый хлеб без корок нарежьте маленькими кусочками и залейте кипящим молоком. Отделите белки от желтков. Смешайте половину нормы размягченного маргарина и сахара, желтки и корицу. Добавьте остывший замоченный хлеб и взбитые в крепкую пену белки.

Вишню помойте и удалите косточки. В смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями форму уложите слоями сначала часть хлебной массы, затем вишню и поверх нее – оставшуюся хлебную массу.

Остаток сахара смешайте с корицей и маргарином и полученной смесью смажьте хлебный слой. Запекайте в духовке около 45 минут при средней температуре. Подавайте с фруктовым соком.

Вишневая запеканка с лимонной цедрой, ванильным сахаром и корицей «Карамболетта»

✓ *2*стакана вишни

✓ 3/ 4стакана сахара
✓ 2стакана молока
✓ 2яйца
✓ 1/ 2ч. ложки молотой корицы
✓1 ст. ложка картофельной муки
✓ 1/ 2стакана и 2–3 ст. ложки панировочных сухарей
✓растительное масло, тертая лимонная цедра и ванильный сахар – по вкусу

Вишню без косточек смешайте с частью сахара, молотой корицей и половиной стакана сухарей. Полученную массу уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Отделите белки от желтков. В молоко добавьте оставшийся сахар, цедру, ванильный сахар, доведите все до кипения и тонкой струйкой всыпьте картофельную муку, разведенную небольшим количеством молока.

Смесь тщательно размешайте, чтобы не было комочков, и снова доведите до кипения. Затем снимите с огня, добавьте желтки, перемешайте, положите тщательно взбитые белки и уложите полученную массу в форму с вишней. Запекайте в сильно разогретой духовке около 1 часа.

Вишневая запеканка со сладкими сухарями «Королева красоты»

✓1 стакан вишни без косточек
✓1 стакан сладких молотых сухарей
✓4 яйца
✓ 100 г сахара
✓50 г сливочного масла

Отделите белки от желтков. Взбейте размягченное сливочное масло, сахар, желтки, добавьте сухари и вишню без косточек. Осторожно взбейте в густую пену белки и смешайте с вишневой массой. Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке 30 минут при средней температуре. Подавайте с молоком.

Вишневая запеканка с рисом, миндалем и сгущенным молоком «Молочные реки, кисельные берега»

✓1 стакан вишни без косточек
✓1 стакан риса
✓3 ст. ложки сгущенного молока
✓5 стаканов молока
✓ 1/ 2пакетика ванильного сахара

✓ 2желтка

✓миндаль, растительное масло, сахар и соль – по вкусу

Молоко доведите до кипения и сварите в нем рис. В готовый рис всыпьте сахар, соль, ванильный сахар, осторожно перемешайте и оставьте остывать под крышкой. Сгущенное молоко тщательно смешайте с желтками.

Половину остывшего риса уложите в смазанную растительным маслом форму, поверх него уложите вишню, накройте ее оставшимся рисом и полейте подготовленным сгущенным молоком. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре. Подавайте, посыпав рубленым обжаренным миндалем, с густым вишневым киселем.

Яблочно-абрикосовая запеканка со сметаной, сахаром и лимонным соком «В июльский полдень»

✓5 крупных яблок

✓6–7 абрикосов

✓1 стакан сметаны

✓3 ст. ложки сахара

✓1 ч. ложка лимонного сока

Яблоки разрежьте, удалите сердцевину и поварите 10–15 минут до мягкости в небольшом количестве воды с сахаром и лимонным соком. Абрикосы разрежьте, удалите косточки и разотрите мякоть со сметаной и сахарной пудрой.

Взбейте смесь до получения пышной массы. Слейте воду с яблок и добавьте взбитую массу в яблоки. Полученную массу уложите в форму. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Абрикосовая запеканка с рисом и мускатным орехом «Абрис»

✓200 г консервированных абрикосов

✓1 стакан риса

✓2 стакана молока

✓4 яйца

✓3 ст. ложки сахара

✓сливочное масло – для смазывания формы

✓тертый мускатный орех – по вкусу

Рис залейте молоком, сварите до готовности и добавьте сахар. Яйца взбейте. В смазанную маслом форму уложите абрикосы, поверх них – рис, влейте взбитые яйца и посыпьте мускатным орехом. Запекайте в духовке 15 минут при

температуре 200 ˚С.

Банановая запеканка с яблоками, орехами, медом и лимоном «Брейк-данс»

✓600 г бананов
✓300 г яблок
✓80-100 г орехов (миндаль или фундук)
✓1 лимон
✓1 ст. ложка жидкого меда
✓ $^{1}/_{2}$стакана кукурузной крупы
✓80 г сливочного масла
✓лимонный сок и ванильный сахар – по вкусу

Кукурузную крупу сварите до готовности в небольшом количестве воды с сахаром и медом. Яблоки очистите, нарежьте тонкими брусочками или натрите на крупной терке. Лимон очистите от кожуры, удалите семена и пленки и нарежьте мелкими дольками. Бананы нарежьте квадратиками. Половину одного банана оставьте для украшения. Орехи натрите на терке, часть из них оставьте целыми.

Кукурузную кашу смешайте с маслом и сахаром. Полученную массу осторожно смешайте с подготовленными яблоками, бананами, лимоном, орехами и уложите в форму. Запекайте в духовке несколько минут при минимальной температуре. Подавайте, посыпав цельными орехами, украсив дольками бананов и сбрызнув лимонным соком.

Крыжовенная запеканка с вином, ванильным сахаром, миндальной стружкой и корицей «Ин вино веритас»

✓800 г крыжовника
✓100 мл сухого белого вина
✓1 пакетик ванильного сахара
✓1 щепотка молотой корицы
✓2 ст. ложки сахара
✓3–4 ст. ложки муки
✓3 яйца
✓200 мл молока
✓1 щепотка морской соли
✓1 ст. ложка миндальной стружки
✓1 ст. ложка сахарной пудры
✓1 ст. ложка сливочного масла

Крыжовник помойте под проточной холодной водой, откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. В вино добавьте 2 ст.

ложки сахара и доведите до кипения. В полученный сироп положите крыжовник и оставьте пропитываться на 5 минут. Затем крыжовник откиньте на дуршлаг, дайте сиропу стечь и ягодам остыть. Подготовленные ягоды уложите в смазанную сливочным маслом форму.

Муку смешайте с яйцами, молоком, сахарной пудрой, ванильным сахаром, корицей и солью. Перемешайте все до получения однородного жидкого теста, влейте в форму и посыпьте миндальной стружкой. Запекайте в духовке 35–40 минут до образования золотисто-коричневой корочки при температуре 200 ˚С. Подавайте в горячем и холодном виде.

Сливовая запеканка с рисом, молоком, лимонной цедрой и ванильным сахаром «Патриархальная»

✓300 г слив
✓1 1/2стакана риса
✓1 л молока
✓3 яйца
✓100 г сахарной пудры
✓1 ст. ложка лимонной цедры
✓1 ст. ложка муки
✓сливочное масло, ванильный сахар, молотые сухари и соль – по вкусу

Рис поварите 5 минут, откиньте на сито и дайте воде стечь. Затем залейте рис горячим молоком, посолите, сварите до готовности и охладите. Белки отделите от желтков. Рис смешайте со сливочным маслом, ванильным сахаром, мелко нарезанными сливами, лимонной цедрой и желтками.

Белки взбейте с сахарной пудрой, всыпьте муку, перемешайте смесь и добавьте к рису. Полученную массу тщательно перемешайте и уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Запекайте в духовке до готовности при температуре 200 ˚С. Подавайте с киселем, вареньем или джемом.

Малиновая запеканка с йогуртом и сметаной «Принцесса цирка»

✓500 г свежей или мороженой малины
✓1 стакан йогурта
✓1 стакан сметаны
✓4 яйца
✓3 ст. ложки сахара
✓3 ст. ложки муки

✓ 2ч. ложки ванильного сахара
✓4 ст. ложки сахарной пудры
✓1 ч. ложка крахмала
✓2 ст. ложки сливочного масла

Отделите белки от желтков. Желтки взбейте с 2 ст. ложками сахара и размягченным сливочным маслом, добавьте йогурт, всыпьте ванильный сахар, муку и крахмал. Белки взбейте в густую пену с 2 ст. ложками сахарной пудры. Малину, отложив четверть нормы, разотрите с 1 ст. ложкой сахара, смешайте с остальной массой и осторожно введите белки.

Полученную массу уложите в смазанную маслом форму. Запекайте в духовке около 30 минут при средней температуре. Оставшуюся малину взбейте с сахарной пудрой и сметаной. Подавайте, полив полученной смесью.

Малиновая запеканка с миндалем, сливками и лимонной цедрой «Чаровница»

✓500 г малины
✓ 3/ 4стакана молотого миндаля
✓300 мл сливок
✓тертая цедра 1 лимона
✓8 яиц
✓1 стакан сахара
✓ 3/ 4стакана муки
✓50 г сливочного масла
✓сахарная пудра и масло для смазывания формы – по вкусу

Смешайте в миксере сливки, миндаль, яйца, муку, растопленное сливочное масло, сахар и лимонную цедру.

Малину уложите в смазанную маслом форму и залейте полученной смесью. Запекайте в духовке около 35 минут при температуре 190 °С. Подавайте с ванильным мороженым, посыпав сахарной пудрой.

Чернично-малиновая запеканка с фундуком, сливками, лимонной цедрой и корицей «Сон в летнюю ночь»

✓200 г малины
✓200 г черники
✓ 100 г молотого фундука
✓300 мл сливок
✓8 желтков
✓1 л молока

✓1 1/3стакана муки
✓1 палочка корицы
✓тертая цедра 1 лимона
✓1 стакан и 2 ст. ложки сахара
✓сливочное масло – по вкусу

Нагрейте молоко, добавьте сливки, лимонную цедру, корицу и поварите смесь около 5 минут. Желтки взбейте в крепкую пену с 1 стаканом сахара и всыпьте муку. Извлеките палочку корицы из молока, аккуратно влейте горячую молочную смесь в подготовленные желтки, перемешайте и всыпьте орехи. Поварите смесь, постоянно помешивая, до загустения.

Малину и чернику уложите в смазанную сливочным маслом форму, влейте подготовленную смесь и посыпьте 2 ст. ложками сахара. Запекайте в духовке около 10 минут при температуре 225 ˚С.

Черничная запеканка с овсяными хлопьями, лимонным соком и корицей «Сильва»

✓1 банка черники (объемом 1 л 500 мл)
✓1 стакан овсяных хлопьев
✓1 ст. ложка лимонного сока
✓1 ч. ложка молотой корицы
✓1 стакан и 2 ст. ложки сахара
✓1 стакан и 1 ст. ложка муки
✓100 г сливочного масла
✓1/2ч. ложки соли

Чернику смешайте с 2 ст. ложками сахара, 1 ст. ложкой муки и лимонным соком. Полученную массу уложите в смазанную сливочным маслом форму. Смешайте 1 стакан муки, 1 стакан сахара, соль, овсяные хлопья и корицу.

Затем добавьте кусочки масла, тщательно перемешайте и положите поверх черники. Запекайте в духовке 30 минут при температуре 200 ˚С. Подавайте в горячем или холодном виде с ванильным соусом или мороженым.

Изюмная запеканка с рисом, мускатным орехом и апельсином «Арома»

✓3/4стакана белого изюма
✓1/2стакана круглозерного риса
✓1/2ч. ложки тертого мускатного ореха
✓сок и мелко натертая цедра 1 апельсина
✓2 1/2стакана молока

✓4 желтка
✓ 1/ 3стакана сахара
✓сливочное масло – по вкусу

Треть стакана апельсинного сока накройте и прогревайте 1 минуту в микроволновой печи при максимальной мощности. Залейте горячим соком изюм и дайте остыть. Смешайте полторы чайные ложки апельсинной цедры, молоко и четверть чайной ложки мускатного ореха. Смесь доведите до кипения на среднем огне, всыпьте промытый рис, уменьшите огонь и поварите, не накрывая крышкой, 12–15 минут, пока рис слегка не смягчится, затем снимите с огня.

Желтки разотрите с сахаром до получения белой однородной массы, смешайте с рисом и изюмом. Полученную массу уложите в смазанную сливочным маслом форму и посыпьте оставшимся мускатным орехом. Поместите форму в большую по размеру емкость и налейте в емкость столько горячей воды, чтобы форма с запеканкой была погружена в нее наполовину. Запекайте в духовке без крышки 35–40 минут, пока масса не затвердеет, при температуре 180 ˚С.

Ягодная запеканка с творогом, рисом и молоком «Не отдавайте ужин врагу»

✓300 г любых ягод (вишня без косточек, клубника, черника или малина)
✓400 г творога
✓1 стакан риса
✓600 мл молока
✓3 яйца
✓ 3/ 4стакана сахара
✓50 г сливочного масла и немного – для смазывания формы
✓1 щепотка соли

Рис поварите в молоке около 20 минут на среднем огне под крышкой и дайте остыть. Отделите белки от желтков. Желтки разотрите с сахаром и размягченным сливочным маслом. Добавьте в смесь творог, тщательно перемешайте полученную массу и смешайте с подготовленным рисом. Затем положите в смесь ягоды и еще раз перемешайте.

Белки взбейте миксером в крепкую пену, добавив щепотку соли, смешайте с творожной массой, аккуратно перемешайте вилкой и уложите в смазанную маслом форму или небольшие формочки. Запекайте в духовке 40–45 минут при температуре 180 ˚С. Подавайте, посыпав сахарной пудрой или слегка полив сметаной.

Запеканка с черносливом, курагой и рисом «Любовный треугольник»

✓1 стакан чернослива и кураги
✓2 ст. ложки риса
✓1 стакан молока
✓ 2 ч. ложки сахара
✓сливочное масло – по вкусу

Молоко вскипятите с сахаром, всыпьте промытый рис, сварите до готовности и откиньте на сито, сохранив молоко. Заранее замоченный чернослив сварите в этом молоке, затем протрите через сито или пропустите через мясорубку. Курагу, не замачивая, сварите в воде и протрите через сито или пропустите через мясорубку.

В смазанную сливочным маслом форму уложите слоями рис и подготовленные сухофрукты. Последним слоем положите рис и смажьте растопленным маслом. Запекайте в духовке до готовности при средней температуре.

Черносливовая запеканка с пшеном, молоком, сахаром и корицей «Неизвестная галактика»

✓250–300 г чернослива
✓1 $^{1}/_{2}$стакана пшена
✓ $^{1}/_{2}$стакана сахара
✓1 л воды
✓1 л 800 мл молока
✓80-100 г сливочного масла
✓корица и соль – по вкусу

Пшено дважды обварите кипятком, воду слейте и сварите пшено до готовности в 1 л воды, добавив горячее молоко с солью, сливочным маслом и сахаром. Готовой каше дайте немного упреть, затем перемешайте ее с набухшим после замачивания черносливом и корицей.

Полученную массу уложите в форму и накройте крышкой. Запекайте в духовке около 45 минут при средней температуре, затем снимите крышку и запекайте до образования румяной корочки. Подавайте, посыпав сахаром.

Грушевая запеканка с рисом, молоком, сахаром и сметаной «Для вас, гурманы!»

✓3–4 груши

✓300 г риса
✓600 мл молока
✓500 мл воды
✓2–3 ст. ложки сахара
✓1 яйцо
✓сливочное масло, сметана, панировочные сухари и соль – по вкусу

Рис поварите на слабом огне 15–20 минут в подсоленной воде (500 мл) с добавлением половины нормы сахара. Затем влейте горячее молоко и поварите, пока рис полностью не впитает жидкость. Поверхность выровняйте и упарьте рис на очень слабом огне или в духовке под крышкой до полной готовности. В готовый рис положите сливочное масло.

Груши очистите от кожуры и сердцевины, нарежьте ломтиками и пересыпьте сахаром. Половину риса ровным слоем уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Затем положите подготовленные груши, накройте их оставшимся рисом и смажьте взбитым со сметаной яйцом. Запекайте в духовке до образования золотистой корочки при температуре 220 °С. Подавайте, полив абрикосовым соусом.

Ягодная запеканка с овсяными хлопьями, молоком и вареньем «Созвездие Большой Медведицы»

✓2 стакана любых свежих или замороженных ягод
✓2 стакана овсяных хлопьев
✓2 стакана молока
✓50 г сливочного масла и 4 ст. ложки – для смазывания формы
✓ $^1/_2$стакана сахара
✓4 яйца
✓любое варенье – по вкусу

Овсяные хлопья обжарьте на сливочном масле, добавьте 2 ст. ложки сахара и еще немного обжарьте. Половину подготовленных хлопьев уложите в обильно смазанную маслом форму. Поверх них положите ягоды, немного варенья, всыпьте оставшийся сахар и уложите оставшиеся хлопья.

Яйца взбейте, влейте тонкой струйкой чуть теплое молоко, тщательно взбейте смесь и влейте ее в форму. Запекайте в духовке 35–40 минут при температуре 200 °С.

Черешневая запеканка с наливкой, миндалем и лимонной цедрой «Чуть-чуть навеселе»

✓300 г черешни без косточек
✓4 ст. ложки ягодной наливки
✓3–4 ст. ложки толченого миндаля
✓ *2*ст. ложки сахарной пудры
✓ *2*яйца
✓3 ст. ложки молотых сухарей
✓молотые сухари – для посыпки формы
✓50 г сливочного масла
✓лимонная цедра – по вкусу

Сливочное масло разотрите, белки отделите от желтков. Смешайте масло, желтки, сахарную пудру, миндаль, лимонную цедру, сухари, наливку и перемешайте с черешней, отложив немного ягод для украшения. Белки взбейте, аккуратно смешайте с полученной массой и уложите в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму.

Запекайте в духовке 30–40 минут при средней температуре. Подавайте, украсив черешней, в теплом или холодном виде с ванильным кремом, смешанным с наливкой.

Иллюстрации

Рагу под томатным соусом со свиной рулькой, сардельками, луком, сладким перцем, оливками, яблоками, зеленым горошком и рисом «Шнеллер-шнеллер»

Запеканка с рыбой, курицей, креветками, грибами, зеленым горошком и ликером «Шалунья»

Рагу с грибами, картофелем, кабачками, луком, сметаной и укропом «Деревенское осеннее»

Запеченное рагу с баклажанами, помидорами, сладким перцем, морковью, луком и чесноком «Большому куску рот радуется»

Кабачковая запеканка с яблоками и яйцами «Легкость бытия»

Творожная запеканка с брокколи, сметаной и мускатным орехом под сливочным соусом «Дарлинг»

Рагу с адыгейским сыром, луком, чесноком, яйцами, зеленью и красным перцем «Кояж национальный»

Крыжовенная запеканка с вином, ванильным сахаром, миндальной стружкой и корицей «Ин вино веритас»

notes

Примечания

M.: АСТ, 2003. С. 114–15.